

Основное меню 13.05.25 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)
1	2	3
День	Вторник	
Неделя	2	
Завтрак		
71/И	Подгарнировка из свежих помидоров и огурцов	50
230/М	Омлет с сыром	120
376/И	Чай с шиповником, 180/10	180
	Хлеб пшеничный	70
Итого за Завтрак		420
Второй завтрак		
386/М	Яблоко	100
Итого за Второй завтрак		100
Обед		
49/И	Салат из морской капусты и моркови с яйцом	60
99/М/ССЖ	Суп из овощей со сметаной с говядиной, 180/10/10	200
299/М/ССЖ	Котлеты мясные с соусом томатным, 80/20	100
335/М/ССЖ	Макаронные изделия отварные	130
394/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 180/10	180
	Хлеб пшеничный	20
	Хлеб ржано-пшеничный	20
Итого за Обед		710
Полдник		
	Печенье	50
	Молоко Умница	200
Итого за Полдник		250
Ужин		
284/М/ССЖ	Суфле из рыбы (горбуша) с маслом сливочным, 80/5	85
348/М/ССЖ	Пюре из цветной капусты с картофелем	150
413/М/ССЖ	Чай с молоком (3,2%), 180/10	180
	Хлеб пшеничный	50
Итого за Ужин		465
Итого за день		1 945

1,5-3 года. 13.05.25

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)
1	2	3
День	Вторник	
Неделя	2	
Завтрак		
71/И	Подгарнировка из свежих помидоров и огурцов	50
230/М	Омлет с сыром	100
376/И	Чай с шиповником, 180/8	180
	Хлеб пшеничный	50
Итого за Завтрак		380
Второй завтрак		
386/М	Яблоко	100
Итого за Второй завтрак		100
Обед		
49/И	Салат из морской капусты и моркови с яйцом	30
99/М/ССЖ	Суп из овощей со сметаной с говядиной, 160/10/10	180
299/М/ССЖ	Котлеты мясные с соусом томатным, 60/10	70
335/М/ССЖ	Макаронные изделия отварные	110
394/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 180/8	180
	Хлеб пшеничный	10
	Хлеб ржано-пшеничный	10
Итого за Обед		590
Полдник		
	Печенье	30
	Молоко Умница	180
Итого за Полдник		210
Ужин		
284/М/ССЖ	Суфле из рыбы (горбуша) с маслом сливочным, 70/3	73
348/М/ССЖ	Пюре из цветной капусты с картофелем	120
413/М/ССЖ	Чай с молоком (3,2%), 180/8	180
	Хлеб пшеничный	40
Итого за Ужин		413
Итого за день		1 693