

Меню на 01.04.2025 г Дошкольная группа



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
125/2008г	Каша манная молочная жидкая	200	5.8	8,4	29	209,6	0.08	0.0	0.0	2.0	23.70	35.42	11.3	0.86
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47	0.025	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	2.80	0.22
149/2008г	Какао с молоком	200	4.90	5.00	32.50	194.60	0.06	0.54	0.04	0.40	172.20	178.40	24.80	1.00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК														
338/2013	фрукт свежий (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	44.34	0.03	10.00	0.0	0.20	16.00	11.00	9.00	2.28
	Итого завтрак		15.13	21.55	95.58	631.54	0.19	10.54	0.04	2.82	215.9	237.82	47.9	3.36
ОБЕД														
	Салат из кукурузы (консервированной)	60	1.73	3.71	4.82	59.58	0.0	5.58	0.0	0.00	6.90	0.00	12.60	0.24
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1.7	4.82	6.69	77	1.2	18.3	0.0	1.2	87.2	211.05	30.12	1.5
103/2013г	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.62	6.12	56.88	325.08	0.144	0.0	0.0	1.62	21.60	129.60	88.20	2.88
81/2008г	Фрикадельки "Петушок"	80	10.91	12.53	13.79	212	0.05	0.65	0.03	1.5	52.0	96.0	26.3	1.5
141/2008г	Соус томатный	30	0.78	2.88	2.82	40.32	0.0	0.39	0.0	0.0	0.01	0.0	0.0	0.10
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.4	19.32	95	0.05	0.0	0.0	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.32	0.24	6.68	52	0.05	0.0	0.0	0.42	10.50	47.40	14.10	1.17
146/2008г	Чай с лимоном	200	0.30	0.0	15.20	62	0.0	2.20	0.0	0.0	16.00	8.00	6.00	0.80
	Итого обед		29.51	27	123.42	895.8	0.35	22.09	0.04	4.68	176.21	480.20	182.70	7.86
ПОЛДНИК														
291/2013г	Булочка ванильная	80	6.32	6.50	43.58	258.08	0.088	0.0	0.014	3.20	24.80	71.20	10.40	1.04
261/2013г.	Чай с сахаром	200	0.20	0.0	14	56.80	0.0	0.0	0.0	0.0	12.00	4.00	6.00	0.40
	Итого полдник		6.52	6.50	57.58	314.88	0.088	0	0.014	3.2	36.8	75.2	16.4	1.44
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		51.16	55.05	276.58	1818.22	0.63	32.63	0.094	10.7	428.91	793.22	247.0	12.66