

0.03.2025

Декларативное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, поступающих дошкольные образовательные учреждения на 20.03.2025г.																
Воспитательный сезон																
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Данные 4 (Меню)					Витамины и минеральные вещества						
					Пищевая ценность											
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	В	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	178	Макад. молочн. рисовая с мясом	200	37,54	373,33	4,41	6,31	28,85	0,04	0,07	0,03	0,18	32,91	117,33	26,73	0,41
		Булгуровая с мясом говяжьим	80/20/10	13,28	148,2	2,36	6,09	14,66	0,04	0	0	0,04	8	28	5,6	0,64
	382	Паштет с мясом	200	11,89	164	5,79	3,2	25,91	0,04	1,3	0,02	0,02	225,12	116,2	31	0,98
		Итого завтрак	440	42,81	460,53	10,94	18	69,42	0,12	2,37	0,06	0,21	236,03	259,53	64,33	1,83
Запекан2		Курино-молочный пудинг	200	21,53	338	5,59	11,4	33,09	0,1	2,3	0,06	0,21	127,36	106,69	36,6	0,77
		10.Салат из зеленых горошка	80	6,37	50,16	1,78	3,11	0,04	0,06	6,0	0,47	1,64	13,39	36,97	12,48	0,41
	Обед	Варен с капустой картошкой от														
	42.Суп	200/300/50	12	113,9	6,7	7,4	30,71	0,04	9,84	0,22	1,86	35,62	43,29	22,02	0,04	
239	Пюре картофельное с соусом	70	34	139,1	7,47	8,37	8,05	0,02	0	0,02	2,88	18,32	34,4	13,66	2,14	
203	Каша геркулесовая вязкая	150	18,17	213,73	5,63	0,08	33,53	0,11	0	0,04	0,13	225,41	129,41	29,3	2,16	
577	Чай с лимоном	300/15/79	3	53,38	0,34	0,02	15,2	0	2,6	0	0,03	3,68	1,54	0,84	0,04	
	Хлеб диетический	30	3,34	98	3,12	0,36	62	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	30	2,18	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,9	0,22	
	Итого обед	741	88,06	721,63	24,4	25,51	77,88	0,26	16,24	0,68	6,39	96,49	301,89	81,1	4,53	
Полдник		Яблоко, фруктов	100	3,08	109,81	0,07	0	28,92	0,05	1,28	0,36	0	0,21	0	0	0,07
		Варенье	50	15,4	1,5	1,4	1,7	36,6	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого полдник	250	19,08	294,85	1,47	1,7	67,52	0,10	1,28	0,36	0	0,21	0	0	0,07