

Date: _____



Деснайдичное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 05.11.2025г.
Осенне-зимний сезон.

Осенне-зимний сезон																	
	№ по СП	Наименование блюда	Выход [гр]	Цена	Днев. Е [Сред]			Витамины и минеральные вещества									
					Пищевая ценность												
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак	173	Каша молочная/овсяная с маслом	155(150/5)	17,4Р	218,12	6,93	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04		0,18	100,18	153,66	40,8	1,08
	382	Каша с маслом	200	13,2	143	5,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	110,2	31	0,98	
	3	Булочка/бисквит с маслом (40/15)	55	1,5	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	130	125	8,75	0,23	
		Итого завтрак	410	45,66	415,12	13,57	13,93	57,37	0,19	2,44	0,12		0,3	445,3	394,86	80,55	2,5
Завтрак 2		Несладкое	100	13,5	42	0,4	8,3	8,3	0,02	5		0		19	16	12	2,3
Обед	67	Винегрет овощной	90	5	76,6	0,8	6,06	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	19,39	24,65	11,12	0,48	
	503	Суп картофельный с макаронами/картофельным	200	15	107,58	2,25	2,25	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	23,64	0,85	
	234	Пюре картофельное с соусом	100	28,13	118,76	7,21	5	10,52	0,04	0,62	0,03	2,54	45,24	102,07	8,82	0,4	
	112	Пюре картофельное	150	17,4	178,58	4,41	8,2	19,75	0,14	5,19	0,17	0,29	50,18	110,31	37	1,32	
	349	Компот из фруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Клуб Дарницкий	30	2,28	73,5	2,04	0,39	12,21	0,02	0	0	0	3,15	14,22	4,23	0,15	
		Клуб пшеничный	30	2,28	71,4	2,28	0,24	14,58	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,31	
		Итого	770	75,13	740,43	19,56	22,17	110,51	0,37	30,86	0,59	6,78	142,14	325,35	86,01	3,72	
Полдник		Йогурт	200	25	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0	
	376	Булочка сдвоенная	70	8,2	253,31	4,61	9,88	36,59	0,08	0	0	0	6,16	0,18	5,77	0,38	
		Итого полдник	270	33,2	346,5	9,65	14,38	56,39	0,13	1,8	36	0	210,76	173,18	34,57	0,38	