

**Меню приготавливаемых блюд
на «12» марта 2025года**

Возрастная категория:1-3 лет и 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1.6-3	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность	№ реце птур ы
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Суп молочный с рисом	150	200	3.7/4.9	3.4/4.5	13.8/18.4	100.1/133.5	54-18к
	Какао с молоком	180	180	3.1	2.3	9.9	72.9	54-21гн
	Хлеб пшеничный	20	25	1.5/1.9	0.2	9.8/12.3	46.9/58.6	Пром.
	Масло сливочное	5	7	0 /0.1	3.6/5.1	0.1	33/46.3	Пром.
Итого за завтрак		355	412	8.3/10	9.5/12.1	33.6/40.7	252.9/311.3	
2 завтрак	Сок фруктовый	150	180	0.4/0.5	0.1	9.1/10.1	41.3/43.3	Пром.
Итого за второй завтрак		150	180	0.4/0.5	0.1	9.1/10.1	41.3/43.3	
обед	Салат из свеклы отварной	40	60	0.8	2.7	4.6	45.7	54-13з
	Суп картофельный с клецками	150	180	3.5	2.5	8.5	70.2	54-6с
	Жаркое по - домашнему	180	200	18.1/20.1	16.9/18.8	15.5/17.2	286.1/317.9	54-9м
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.4	0	14.8/17.8	60.7/72.9	54-1хн
	Хлеб ржаной	55	73	3.6/4.8	0.7/0.9	18.4/24.4	93.9/124.7	Пром.
Итого за обед		575	693	26.4/29.6	22.8/24.9	61.8/72.5	556.6/631.4	
полдник	Творожник песочный	50	70	5.99	6.4/6.45	20.2/20.17	162.6	54-15в
	Молоко 2,5%	150	200	4.4/5.8	3.8/5	7.2/9.6	80/106.6	Пром.
Итого за полдник		200	270	10.39/11.79	10.2/11.45	27.4/29.77	242.6/269.2	
Итого за день:		1280	1555	45.49/51.8	42.6/48.55	131.9/153.07	1093.4/1255.2	

