



Меню на 05.03.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 19		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З а в т р а к	Каша геркулесовая	180	200	181,1	202,00	5,74	6,38	6,67	7,41	24,48	27,20
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Груши	110	120	50,6	55,20	0,44	0,48	0,33	0,36	11,33	12,36
	Итого за завтрак:	356	419	339,82	419,58	9,6	11,49	13,96	17,67	44,84	54,74
	Итого за второй завтрак:	110	120	50,6	55,2	0,44	0,48	0,33	0,36	11,33	12,36
о б е д	Суп овощной	180	200	59	87,00	1,2	1,50	2,4	5,20	9	9,80
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Котлета из говядины	60	70	125	146,00	8,5	10,00	8,3	9,70	3,9	4,50
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Итого за обед:	575	667,5	500,07	619,93	16,71	19,92	15,04	19,88	75,91	92,02
п о л д н и к	Ватрушка со сметаной	65	65	223	223,00	5,6	5,60	8,4	8,40	32	32,00
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
	Итого за полдник:	215	245	269	278	6,65	6,86	9,46	9,68	40,42	42,1
	Итого за день:	1256	1451,5	1159,49	1372,71	33,4	38,75	38,79	47,59	172,5	201,22