

Меню дошкольники 4-х разовое (1,5 - 3 лет) (весна 2025 г.)

Возрастная категория: от 1 до 3 лет Характеристика питающихся: Без особенностей

	Неделя 3 Среда 16.04.2025					
	Завтрак					
54-1т	Запеканка творожная со сгущенным молоком (130/20гр)	150	24,5	8,1	23,1	263,4
54-2гн	Чай (180гр)	180	0,1	0	0	0,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	350	26,1	8,3	32,9	311,1
	Рекомендуемая величина		8,4	9,4	40,6	265.4-322
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за Второй завтрак	200	1	0,2	20,2	86,6
	Рекомендуемая величина		2,1	2,35	10,15	66.4-91
	Обед					
45	Салат из квашеной капусты с луком (40гр)	40	0,6	3	2,3	39
166	Рис отварной с овощами (120гр)	120	2,5	3,5	23,4	135
54-18с	Свекольник со сметаной (150/5гр)	155	1,3	2,7	8	61,8
54-3р	Котлеты рыбные (70гр)	70	11,1	2,9	4,9	89,9
355	Соус томатно-сметанный (20гр)	20	0,3	0,7	1,3	12,6
54-5хн	Компот из свежих яблок (150гр)	150	0,1	0,1	7,2	30,3
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Обед	605	19,4	13,5	68,8	474,2
	Рекомендуемая величина		14,7	16,45	71,05	464.5-617.4
	Полдник					
Пром.	Кисель фруктовый (180гр)	180	0	0	15,7	62,9
54-16в	Крендель с сахаром (50гр)	50	3,6	3,6	22,7	138,3
	Итого за Полдник	230	3,6	3,6	38,4	201,2
	Рекомендуемая величина		6,3	7,05	30,45	199.1-273
	Итого за день	1385	50,1	25,6	160,3	1073,1