

**МЕНЮ**  
 Возрастная категория: от 1 года до 3 лет  
 04.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша ячневая вязкая	150	5,21	10,46	38,26	271,26	270
	Бутерброд с маслом	37	3,61	6,41	12,82	124,51	104
	Кофейный напиток с молоком	150	0,06	0,05	10,68	43,17	512
итого за завтрак		337	9,87	16,88	64,09	452,15	
II завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	532
итого за II завтрак		100	0,5	0,1	10,1	46	
обед	Свекольник	150	1,31	2,65	7,25	69,47	145
	Макаронные изделия отварные, салат из свежих овощей	130/45	5,06	2,62	4,83	57,25	354/120
	Минтай под овощами	50	4,76	2,57	2,15	50,77	354
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0	18,27	74,56	522
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,84	0,4	16,52	81,8	122
итого за обед		565	13,7	10,61	71,27	452,91	
полдник	Булочка «Нежная»	60	1,12	10,61	30,92	141,6	602
	Кисель	150	1,02	0	21,76	91,14	517
итого за полдник		185	2,14	10,61	52,69	232,74	
ужин	Картофель отварной	100	2,76	7,17	16,43	129,54	438
	Огурец консервированный	40	0,32	0,04	0,68	5,2	121
	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,09	505
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,84	0,4	16,52	81,8	122/123
итого за ужин		330	5,92	7,61	44,91	261,63	
Итого за день:			32,43	45,91	245,74	1451,91	



