

10,5 г/шт

12 г/шт

Меню на : 22 апреля 2025г

1 завтрак:	Выход блюда детям до 3 лет	Выход блюда детям до 7 лет	Калорийность блюда для детей до 3 лет	Калорийность блюда для детей до 7 лет	Калорийность блюда для детей до 9 лет
Каша геркулесовая молочная	150	200	144,92	193,22	193,22
Чай с сахаром	150	200	28,36	36,49	36,49
Батон с маслом	25/5	30/5	96,48	117,1	117,1
2 завтрак: Яблоко свежее-ясли	95	-	269,76	346,81	346,81
Сок яблоко-груша - сад	-	100	43,7	-	-
Обед:					50
Щи со сметаной	150	200	108,84	145,12	145,12
Суфле из рыбы, соус томатный	60	70/30	116,77	143,64	143,64
Рис отварной	100	120	150,45	191,69	191,69
Компот из с/ф	150	180	50,8	63,76	63,76
Хлеб рж-пшеничный, в/с	50	70	110,4	147,0	147,0
			537,26	691,21	691,21
Полдник:					
Кисель	150	200	118,5	142,2	142,2
Пряник	1 шт	1 шт	175,0	175,0	175,0
			293,5	317,2	317,2
Итого за день на 10,5 часов			1144,22	1405,22	1405,22

Рекомендации по организации ужина дома: _кисломолочный напиток_

Медицинская сестра М. Котолевская З.А./

1 завтрак:	Выход блюда детям до 3 лет	Выход блюда детям до 6 лет	Калорийность блюда для детей до 3 лет	Калорийность блюда для детей до 6 лет	Калорийность блюда для детей до 9 лет
Каша геркулесовая молочная	150	200	144,92	193,22	193,22
Чай с сахаром	150	200	28,36	36,49	36,49
Батон с маслом	25/5	30/5	96,48	117,1	117,1
2 завтрак: Яблоко свежее-ясли	95	-	269,76	346,81	346,81
Сок яблоко-груша - сад	-	100	43,7	-	-
Обед:					50
Щи со сметаной	150	200	108,84	145,12	145,12
Суфле из рыбы, соус томатный	60	70/30	116,77	143,64	143,64
Рис отварной	100	120	150,45	191,69	191,69
Компот из с/ф	150	180	50,8	63,76	63,76
Хлеб рж-пшеничный, в/с	50	70	110,4	147,0	147,0
			537,26	691,21	691,21
Полдник:					
Кисель	150	200	118,5	142,2	142,2
Пряник	1 шт	1 шт	175,0	175,0	175,0
			293,5	317,2	317,2
Итого за день на 10,5 часов			1200,72	1499,62	1499,62
Ужин:					
Запеканка из творога с морковью, повидло яблочное	9/10	120/12	227,79	292,90	292,90
Чай с молоком и сахаром	150	200	53,36	66,49	66,49
Батон	25	30	74,25	89,1	89,1
			355,4	448,49	448,49
Итого за день на 12 часов			1499,62	1853,71	1853,71

Рекомендации по организации ужина дома: _кисломолочный напиток_

Медицинская сестра М. Котолевская З.А./