

Дата 13.03.2025

3 день



# МЕНЮ

С.В.Баскакова

## Завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ(ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес» +сл.масло +сахар	150+5+5	180+5+5	168	199,5
2	Хлеб пшеничный	20	20	47	47
3	Сливочное масло	5	5	33,05	33,05
4	Чай с сахаром	160+7	180+10	35,5	40
	<b>итого</b>	<b>352</b>	<b>405</b>	<b>283,55</b>	<b>319,55</b>

## Второй завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ (Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ(ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Сок фруктовый	125	180	53,47	77

## Обед

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ(ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Суп картофельный с клецками	150	180	52,35	62,82
2	Рыба припущенная	60	80	55	74
3	Капуста тушёная	110	130	86,9	102,7
4	Хлеб пшеничный	15	30	35	70,5
5	Хлеб ржаной	33	40	56,43	69,6
6	Кисель ягодный	150	180	128	139
	<b>итого</b>	<b>518</b>	<b>640</b>	<b>413,68</b>	<b>518,6</b>

## Полдник

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ(ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Оладьи с повидлом	50/10	70/15	140,46	217
2	Кефир	150	180	75	90
	<b>итого</b>	<b>210</b>	<b>265</b>	<b>215,46</b>	<b>307</b>
	<b>всего</b>	<b>1205</b>	<b>1490</b>		

Повар Мель