

Меню



МЕНЮ воспитанников на 16.04 2025г.

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак			
189	Каша Геркулесовая молочная жидкая	150/180	128/181
54	Кофейный напиток с молоком	180/200	71/90
1	Бутерброд с маслом	30/5/40/5	50/85
II Завтрак			
	Фрукты	100/100	70/156
Обед			
76	Борщ на м/б со смет.	180/200	104.54/136
210	Каша гречневая рассыпчатая	80/100	100.35/137.72
277/2	Гуляш из говядины	70/80	118/160
048	Компот из сухофруктов	180/200	32.74/38.6
148	Хлеб ржаной	40/50	69.6/87
Полдник			
420	Кисло- молочный продукт	130/150	120.3/144.36
	Кондитерские изделия	20/20	36/36
Ужин			
286/366	Тефтели рыбные, соус	130/30/150/30	229/53.6/293/53.6
147	Хлеб пшеничный	30/40	70.32/93.76
391	Чай сладкий с лимоном	180/200	37.2/51.4
Итого			1400.57/1801.76
Рекомендации родителям: В вечерний отрезок времени в рацион питания детей			
Фруктовые, молочные блюда, свежие овощи, фрукты, ягоды.			
Они способствуют нормализации деятельности ЖКТ и пищеварительной системы.			

Старшая медсестра _____

Повар _____

Глухова Н.В.