

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Филиал "В Городском округе Королёв" ООО

"Орион"

Сычугов А.С.

2025

МЕНЮ НА вторник 1 недели

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
2 день	ВТОРНИК										
Завтрак:	Каша жидкая молочная манная (манка, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	5,94	5,01	7,46	6,28	24,77	20,54	190,20	158,92
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Сыр полутвердых сортов	13	8	3,13	1,93	3,98	2,45			48,37	29,74
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		540	474	17,05	13,78	21,67	17,71	67,23	56,90	535,32	445,12
Обед:	✓ Икра кабачковая	50	30	0,95	0,57	4,45	2,67	3,85	2,31	59,50	35,70
	Суп картофельный с крупой (рисовой) на мясном бульоне (картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, рис)	200	180	2,22	2,06	4,79	4,59	16,71	15,48	118,47	111,06
	Капуста тушеная с мясом (говядина б/к, капуста б/к, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука, томатная паста)	200	170	24,77	20,55	21,02	17,39	18,00	14,36	349,09	286,86
	Компот из свежих плодов (сахар, яблоки)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,50	48,77	42,76
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	695	566	31,00	25,63	30,89	25,15	65,53	54,67	652,69	537,87
Уплотненный полдник:	Рыба, запеченная в омлете (масло растительное, молоко, мука, рыба, яйцо, соль)	150	150	27,34	27,34	9,67	9,67	6,04	6,04	221,00	221,00
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Сдоба обыкновенная	60	60	5,02	5,02	3,08	3,08	33,63	33,63	182,41	182,41
	Чай с лимоном и сахаром (чай, сахар, лимон)	200	180	0,27	0,24	0,06	0,05	7,35	6,63	30,99	27,95
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Итого за уплотненный полдник:	550	520	36,07	35,28	13,53	13,44	76,50	70,86	572,56	546,08
Итого за день:		1785	1560	84,11	74,69	66,09	56,30	209,26	182,43	1760,57	1529,07