

МЕНЮ
На 20 июня 2025 год

5 день	Наименование блюда	сад/ если	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	масло сладко - сливочное "Крестьянское"	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с лимоном	С	200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	180/10/7	10,12	0,02	7,10	41,00
	Итого: сад	С	405	6,04	9,83	36,38	257,86
	Итого: если	Я	350	14,91	7,58	27,17	208,55
Обед	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Тефтели рыбные	С	70	6,19	1,44	6,43	63,38
		Я	50	4,42	1,03	4,59	45,27
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Пюре картофельное	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржано- пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		Я	30	1,98	0,36	12,90	60,60
	Итого: сад	С	732	16,75	14,46	96,38	580,611
	Итого: если	Я	580	13,04	11,48	78,2	463,83
Полдник	Шанежка наливная	С	60	4,69	4,14	30,28	177,19
		Я	60	4,69	4,14	30,28	177,19
	Молоко кипяченое 2,5%	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого: сад	С	260	10,8	9,58	40,39	290,49
	Итого: если	Я	210	9,27	8,22	37,86	262,19
Прием пищи	Всего за день: сад	С	1497	33,99	34,27	182,95	1172,96
	Всего за день: если	Я	1240	37,62	27,68	153,03	978,57