Меню СП детский сад «Колосок» на 11.07.2025

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **Завтрак** |   |   |   |   |   |
| каша геркулесовая | 150 | 4,76 | 10 | 16,4 | 140,25 |
| Какао с молоком | 150 | 1 | 1,08 | 10,83 | 75 |
| хлеб  | 30 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| **Итого за завтрак** | 330 | 29,9 | 23 | 105,7 | 273,15 |
| **Второй завтрак** |   |   |   |   |   |
| Сок фруктовый | 100 | 0,3 | 0 | 16 | 67,2 |
| **Обед** |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |
| суп гороховый на мясокостном бульоне | 200 | 4,75 | 3,89 | 19,13 | 130,91 |
| каша гречневая рассыпчатая | 100 | 3 | 4,27 | 14,6 | 175,33 |
| рыба припущенная | 100 | 16,78 | 0,65 | 0,26 | 73,3 |
| Лимонный напиток | 150 | 0,34 | 0,04 | 23,58 | 97,5 |
| хлеб  | 30 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| **Итого за обед** | 580 | 50,5 | 37 | 136,4 | 534,94 |
| **Полдник** |   |   |   |   |   |
| Крендель сахарный | 60 | 4,66 | 7,92 | 30,71 | 224,4 |
| чай с сахаром | 150 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,1 |
| **Итого за полдник** | 210 | 6,9 | 5,2 | 19,7 | 225,5 |
| **Итого за день** | 1220 | 127,69 | 93,65 | 388,771 | 1100,79 |

Стоимость 112,26 руб.