

МБОУ «Авнюгская СОШ» детский сад «Березка» Меню от 1,5-3 лет.

# МЕНЮ

14 ЯНВАРЯ 2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ		155	5,7	6,6	23,2	171,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	3,1	2,3	15,5	94,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		30	1,8	6,3	11,4	102,9
			<b>10,6</b>	<b>15,2</b>	<b>50,1</b>	<b>368,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		100	3,1	2,4	10,7	321,1
			<b>3,1</b>	<b>2,4</b>	<b>10,7</b>	<b>321,1</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		180	7,6	4,0	13,6	116,9
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ МЯСНЫЕ		50	10,6	4,3	8,6	111,1
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,3	1,2	2,1	19,3
КАПУСТА ОТВАРНАЯ С		110	2,1	3,5	5,3	58,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ		180	0,3	0,1	17,7	74,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,9	0,3	12,3	59,4
			<b>22,8</b>	<b>13,4</b>	<b>59,6</b>	<b>438,9</b>
<b>Полдник</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ		150	18,8	16,7	22,4	310,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180			8,2	33,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			<b>21,0</b>	<b>16,9</b>	<b>45,2</b>	<b>412,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,5</b>	<b>47,9</b>	<b>165,6</b>	<b>1 540,9</b>

МБОУ «Авнюгская СОШ» детский сад «Березка» Меню от 3-7 лет.

# МЕНЮ

14 ЯНВАРЯ 2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ		200	7,4	8,5	29,9	220,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С		200	3,4	2,5	17,2	104,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		40	1,7	16,6	10,3	179,8
			<b>12,5</b>	<b>27,6</b>	<b>57,4</b>	<b>505,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ		100	3,1	2,4	10,7	321,1
			<b>3,1</b>	<b>2,4</b>	<b>10,7</b>	<b>321,1</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ		200	8,5	4,4	15,1	129,9
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ МЯСНЫЕ		70	14,9	6,0	11,9	155,8
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,5	2,0	3,5	32,4
КАПУСТА ОТВАРНАЯ С		130	2,4	4,2	6,3	69,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ		200	0,3	0,1	19,6	82,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
			<b>29,3</b>	<b>17,1</b>	<b>73,4</b>	<b>551,1</b>
<b>Полдник</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ		200	25,1	22,3	29,8	414,5
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,1	36,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,3	20,1	94,7
			<b>28,2</b>	<b>22,6</b>	<b>59,0</b>	<b>545,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>73,1</b>	<b>69,7</b>	<b>200,5</b>	<b>1 923,2</b>