



"Детский сад № 19" Катюша"
Л.Ю. Антонова

Меню на 4 июля 2025

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
Завтрак:	Запеканка из творога	110/135	271,7/333,45
	Соус молочный сладкий	30/45	30,45/45,68
	Какао с молоком	150/180	89,17/107
	Бутерброд с маслом	25/35	85,9/104
Второй завтрак:	Яблоки	100	44
	Печенье	10/15	41,7/62,6
Обед:	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/200	80,82/89,8
	Биточки рубленые	60/80	132/176
	Картофельное пюре	120/150	109,8/137,3
	Салат из белокочанной капусты	40/60	34,96/52,44
	Компот из сухофруктов	150/180	84,75/101,7
	Хлеб ржаной	40/50	69,6/87
Полдник:	Молоко кипячёное	150/180	85/102
	Яблоки	40/60	17,6/26,4
	Батон/Батон с повидлом	20/45	50/112,1
Ужин:	Каша рисовая жидкая	150/200	104,1/138,81
	Яйцо	40	63
	Чай с сахаром	180/200	36,67/44
	Бутерброд с сыром	33/45	101,9/139