

МЕНЮ на 01 апреля 2022 года

Утверждаю  
 Руководитель «Детский сад "Лесная сказка"»  
 Колосова



День: пятница

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша тишенная молочная	150	4,408	4,868	19,467	134,439	№ 91
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	№ 150
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	№ 34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>10,634</b>	<b>14,009</b>	<b>50,687</b>	<b>341,773</b>	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	№ 144
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>95</b>	<b>1,482</b>	<b>1,539</b>	<b>9,120</b>	<b>51,908</b>	
ОБЕД	Суп овощной на м/б	150	1,165	1,609	5,914	41,317	№ 40
	Запеканка рисовая с мясом	200	12,925	13,065	34,660	299,254	№ 77
	Икра кабачковая	40	0,800	3,600	3,440	48,800	№ 42
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911	№ 162
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	№ 149
<b>Итого за обед</b>		<b>600</b>	<b>19,549</b>	<b>19,401</b>	<b>90,164</b>	<b>606,782</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК С ВКЛЮЧЕНИЕМ БЛЮД УЖИНА	Рыба, тушенная с овощами и томатом	50	4,737	3,274	2,114	56,343	№ 64
	Макаронны отварные	40	1,560	1,640	48,333	35,333	№ 77
	Сок (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	№ 399
	Хлеб пшеничный	20	1,535	0,425	8,370	48,750	№ 148
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>210</b>	<b>8,582</b>	<b>5,339</b>	<b>73,967</b>	<b>204,431</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1230,00</b>	<b>40,247</b>	<b>40,288</b>	<b>223,938</b>	<b>1204,894</b>	

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.  
 Пицца готовится в щадящем режиме, без ГМО.

МЕНЮ на 01 апреля 2022 года

Утверждаю  
 Руководитель СШ "Детский сад "Песная сказка"  
 Колосова Е.С. Колосова



День: пятница

Сезон: весенне - летний

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 5</b>							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200	5,877	6,490	25,956	179,252	№ 91
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,860	126,808	№ 150
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	№ 34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>14,108</b>	<b>19,325</b>	<b>67,816</b>	<b>459,060</b>	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	100	1,560	1,620	9,600	54,640	№ 144
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>100</b>	<b>1,560</b>	<b>1,620</b>	<b>9,600</b>	<b>54,640</b>	
ОБЕД:	Суп овощной на м/б	250	1,998	3,216	10,018	74,505	№ 40
	Запеканка рисовая с мясом	230	15,054	15,637	40,320	352,145	№ 77
	Икра кабачковая	50	0,950	4,450	3,850	59,500	№ 42
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911	№ 162
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014	№ 149
<b>Итого за обед</b>		<b>750</b>	<b>22,884</b>	<b>25,148</b>	<b>102,318</b>	<b>717,575</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК С ВКЛЮЧЕНИЕМ БЛЮД УЖИНА	Рыба, тушеная с овощами и томатом	70	6,785	4,733	3,102	81,374	№ 64
	Макаронь отварные	60	2,340	2,460	12,500	52,100	№ 77
	Сок (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	№ 399
	Хлеб пшеничный	30	2,302	0,637	12,555	73,125	№ 148
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>260</b>	<b>12,177</b>	<b>7,830</b>	<b>43,307</b>	<b>270,604</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1525,00</b>	<b>50,729</b>	<b>53,923</b>	<b>223,041</b>	<b>1501,879</b>	

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.  
 Пицца готовится в щадящем режиме, без ГМО.