

МЕНЮ на 01 ноября 2024 годаДень: пятницаСезон: осенне - зимнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 2								
ДЕНЬ 10								
ЗАВТРАК	<i>Каша пшеничная молочная</i>	200	5,877	6,490	25,956	179,252	2,346	№91
	<i>Какао на молоке</i>	180	4,231	3,935	19,860	126,808	2,11	№150
	<i>Батон с маслом</i>	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	0,000	№34
Итого за завтрак		415	14,108	19,325	67,816	459,060	4,456	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	№144
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	
ОБЕД:	<i>Суп овощной на м/б</i>	250	1,998	3,216	10,018	74,505	31,240	№40
	<i>Запеканка рисовая с мясом</i>	230	15,054	15,637	40,320	352,145	1,351	№77
	<i>Икра кабачковая</i>	50	0,950	4,450	3,850	59,500	3,500	№42
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	4,500	№399
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	<i>ржаной</i>	30	1,543	0,918	10,020	52,014	0,000	№149
Итого за обед		700	23,365	25,071	96,098	699,669	40,591	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	<i>Рыба, тушеная с овощами и томатом</i>	70	6,785	4,733	3,102	81,374	12,35	№64
	<i>Макароны отварные</i>	60	2,340	2,460	12,500	52,100	0,000	№77
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,156	0,000	14,040	53,274	0,100	№152
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,302	0,637	12,555	73,125	0,000	№159
Итого за уплотненный полдник		360	11,583	7,830	42,197	259,873	12,45	
Итого за день:		1575,00	50,616	53,846	215,711	1473,242	67,497	

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