

МЕНЮ на 08 апреля 2022 года

Утверждено
Руководитель СДЦ "Лесная сказка"
Е.С. 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		
НЕДЕЛЯ 1							
ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК	Суп молочный овсяной	150	4,803	7,740	22,734	174,126	№ 54
	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
Итого за завтрак		325	11,029	16,881	45,184	381,460	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	№ 144
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	150	1,028	2,315	6,723	50,162	№ 38
	Биточек мясной паровой	60	9,188	9,918	3,936	140,774	№ 70
	Овощи тушёные	170	2,696	4,590	20,120	127,543	№ 123
	Сок промышленного производства	100	0,750	0,000	15,150	64,005	№ 399
	Хлеб пшеничный ржаной	40 20	3,070 1,320	0,850 0,200	16,740 8,040	97,500 38,000	№ 147 № 149
Итого за обед		540	18,052	17,873	70,709	517,984	
ПОЛДНИК	Йогурт титъевой	150	4,200	3,750	16,500	120,000	№ 14
Итого за полдник		150	4,200	3,750	16,500	120,00	
УЖИН	Суфле из творога	120	13,533	9,520	19,260	212,037	№ 135
	Сгущенное молоко промышленного производства	20	1,700	1,400	11,200	66,000	№ 8
	Чай без сахара	180	0,094	0,000	0,041	0,528	№ 155
Итого за ужин		320	15,327	10,920	30,501	278,565	
Итого за день		1430,00	50,090	50,963	172,014	1349,917	

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

МЕНЮ на 08 апреля 2022 года

Утверждено
Руководитель ЦПДС "Лесная 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		
НЕДЕЛЯ I							
ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК	Суп молочный овсяной	250	6,065	10,181	28,743	223,673	№ 54
	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
Итого за завтрак		465	14,296	23,016	70,603	503,481	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт	100	1,560	1,620	9,600	54,640	№ 144
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	250	4,536	2,011	10,518	75,681	№ 38
	Биточек мясной паровой	70	19,289	31,973	4,510	381,828	№ 70
	Овощи тушёные	200	3,120	5,562	23,380	150,210	№ 123
	Кисель	150	0,360	0,000	22,800	92,500	№ 244
	Хлеб пшеничный ржаной	40 30	3,070 1,543	0,850 0,918	16,740 10,020	97,500 52,014	№ 147 № 149
Итого за обед		740	31,918	41,314	87,968	849,733	
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	150	4,200	3,750	16,500	120,000	№ 14
Итого за полдник		150	4,200	3,750	16,500	120,000	
УЖИН	Суфле из творога	150	17,628	12,384	24,560	274,068	№ 135
	Сгущенное молоко (промышленного производства)	30	2,550	2,100	16,800	99,000	№ 8
	Чай без сахара	200	0,104	0,000	0,045	0,570	№ 155
Итого за ужин		380	20,282	14,484	41,405	373,638	
Итого за день		1835,00	72,256	84,184	226,076	1901,492	

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