

МЕНЮ на 08 мая 2024 года*День: среда**Сезон: весенне-летний**Возрастная 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 1								
ДЕНЬ 3								
ЗАВТРАК	<i>Суп молочный рисовый</i>	250	5,950	2,200	18,920	97,780	1,130	№85
	<i>Чай с молоком</i>	200	2,418	2,150	18,840	99,672	1,400	№153
	<i>Батон с маслом</i>	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	0,000	№34
Итого за завтрак		485	12,368	13,250	59,760	350,452	2,53	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, банан</i>	100	1,500	0,500	21,000	96,000	10,000	№57
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005		
Итого за 2-ой завтрак		200	2,250	0,500	36,150	160,005	10,00	
ОБЕД	<i>Винегрет</i>	50	1,368	3,523	4,669	54,681	6,250	№32
	<i>Щи из свежей капусты со сметаной на м/б</i>	250	1,752	4,641	11,139	90,544	31,84	№37
	<i>Гуляши из отварного мяса в молочном сметанном соусе</i>	80	9,633	9,131	3,157	132,546	1,316	№71
	<i>Макароны отварные</i>	60	2,340	2,460	12,500	52,100	0,000	№77
	<i>Компот из яблок</i>	150	0,103	0,114	18,200	69,684	1,360	№155
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,372	0,136	9,840	42,866	0,000	№147
	<i>ржаной</i>	30	2,059	1,224	13,360	69,353	0,000	№149
Итого за обед		660	19,627	20,687	72,865	434,229	40,766	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	<i>Салат из соленых огурцов</i>	25	0,147	1,741	0,400	17,750	1,175	№29
	<i>Жаркое по-домашнему</i>	200	9,227	12,049	28,340	251,630	34,61	№81
	<i>Кисель</i>	200	0,480	0,000	30,400	123,300	0,333	№244
	<i>Батон нарезной</i>	30	2,280	0,960	15,000	77,760		
	<i>Печенье</i>	24	1,800	2,352	17,856	100,080	0,000	№151
Итого за уплотненный полдник		479	13,934	17,102	91,996	570,52	36,118	
Итого за день:		1824,00	48,179	51,539	260,771	1515,206	89,414	

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