

МЕНЮ на 09 января 2025 годаДень: четвергСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 1								
ДЕНЬ 4								
ЗАВТРАК	<i>Каша молочная пшеничная</i>	150	6,440	5,063	32,259	192,302	1,568	№89
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	150	2,837	2,474	15,570	92,004	1,470	№151
	<i>Батон, масло, сыр</i>	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	0,045	№1
Итого за завтрак		330	11,371	12,535	58,149	376,365	3,083	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	95	1,482	1,539	9,120	51,908	10	№144
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
Итого за 2-ой завтрак		195	2,232	1,539	24,270	115,913	13,000	
ОБЕД	<i>Салат из капусты и моркови</i>	40	0,624	2,581	1,003	29,483	0,746	№26
	<i>Свекольник со сметаной и яйцом на м/б</i>	150	1,440	2,785	7,312	58,249	8,472	№36
	<i>Тефтели из говядины с рисом</i>	60	9,070	6,580	4,880	135,260	0,520	№108
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	80	3,793	4,443	21,965	137,526	0,01	№85
	<i>Соус томатный</i>	30	0,248	1,140	1,991	21,415	0,754	№179
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366	65,000	№158
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,371	0,275	19,680	85,762	0,000	№147
	<i>ржаной</i>	20	1,320	0,200	8,040	38,000	0,000	№149
Итого за обед		570	18,991	18,064	79,091	560,061	75,502	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	<i>Капуста тушёная</i>	170	3,005	6,996	13,900	127,106	86,20	№116
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,140	0,000	12,636	47,947	0,06	№152
	<i>Батон нарезной</i>	20	1,520	0,640	8,370	48,750	0,000	№159
	<i>Пряники</i>	20	1,180	0,940	15,000	73,200	0,000	№151
Итого за уплотненный полдник		390	5,845	8,576	49,906	297,003	86,26	
Итого за день:		1485,00	38,439	40,714	211,416	1349,342	177,845	

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

