

**Меню на 10 февраля 2025 года**День: понедельникСезон: 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	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>								
<b>ДЕНЬ 1</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная	150	4,900	6,260	29,300	226,060	1,000	№390
	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,837	2,474	15,570	92,004	1,470	№151
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	0,045	№1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>9,831</b>	<b>13,732</b>	<b>55,190</b>	<b>410,123</b>	<b>2,515</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	10	№144
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>195</b>	<b>2,232</b>	<b>1,539</b>	<b>24,270</b>	<b>115,913</b>	<b>13,000</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат луковый	20	0,266	1,800	1,400	22,666	0,746	№26
	Борщ красный со сметаной на м/б	150	1,353	2,344	10,385	65,456	20,470	№43
	Плов из кур	150	9,438	13,481	24,020	249,156	2,568	№57
	Компот из шиповника	150	0,125	0,060	14,220	54,366	65,000	№158
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	0,000	№149
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>15,572</b>	<b>18,735</b>	<b>74,805</b>	<b>527,144</b>	<b>88,784</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Овощи тушеные	170	2,696	4,590	20,120	127,543	43,650	№123
	Чай с сахаром	180	0,140	0,000	12,636	47,947	0,06	№152
	Батон нарезной	20	1,520	0,640	8,370	48,750	0,000	№159
	Пряники	20	1,180	0,940	15,000	73,200	0,000	№151
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>390</b>	<b>5,536</b>	<b>6,170</b>	<b>57,756</b>	<b>300,530</b>	<b>43,71</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1445,00</b>	<b>33,171</b>	<b>40,176</b>	<b>212,021</b>	<b>1353,414</b>	<b>148,009</b>	

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

**Меню на 10 февраля 2025 года**

День: понедельник

Сезон: осенне-зимний

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			
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>								
<b>ДЕНЬ 1</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	<i>Каша манная молочная</i>	200	7,070	7,520	35,300	286,210	1,500	№390
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	180	3,405	2,995	18,670	110,590	1,760	№151
	<i>Батон, масло, сыр</i>	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791	0,066	№1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>423</b>	<b>13,697</b>	<b>16,840</b>	<b>69,430</b>	<b>524,591</b>	<b>3,326</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	№144
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	4,500	№399
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>200</b>	<b>2,310</b>	<b>1,620</b>	<b>24,750</b>	<b>118,645</b>	<b>14,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	<i>Салат луковый</i>	30	0,399	2,700	2,100	33,999	1,119	№26
	<i>Борщ красный со сметаной</i>	250	2,292	4,691	17,693	117,740	34,190	№43
	<i>Плов из кур</i>	200	13,385	19,109	36,100	360,897	3,852	№57
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366	65,000	№158
	<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
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>20,814</b>	<b>28,328</b>	<b>96,873</b>	<b>716,516</b>	<b>104,161</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<i>Овощи тушеные</i>	200	3,120	5,562	23,380	150,210	50,650	№123
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,156	0,000	14,040	53,274	0,100	№152
	<i>Батон нарезной</i>	30	2,280	0,960	15,000	77,760	0,000	№159
	<i>Пряники</i>	40	2,360	1,880	30,000	146,400	0,000	№151
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>470</b>	<b>7,916</b>	<b>8,402</b>	<b>82,420</b>	<b>427,644</b>	<b>50,75</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1793,00</b>	<b>44,737</b>	<b>55,190</b>	<b>273,473</b>	<b>1787,396</b>	<b>172,737</b>	

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