

МЕНЮ на 10 июля 2024 годаДень: средаСезон: весенне-летнийВозрастная 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 2 | | | | | | | | |
| ДЕНЬ 3 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | <i>Каша молочная «Дружба»</i> | 150 | 4,145 | 4,721 | 20,030 | 134,176 | 2,346 | №93 |
| | <i>Какао на молоке</i> | 150 | 3,526 | 3,241 | 16,550 | 105,334 | 1,760 | №150 |
| | <i>Батон с маслом</i> | 20/5 | 2,700 | 5,900 | 14,670 | 102,000 | 0,000 | №34 |
| Итого за завтрак | | 325 | 10,371 | 13,862 | 51,250 | 341,510 | 4,106 | |
| 2-ой ЗАВТРАК | <i>Свежий фрукт, банан</i> | 95 | 1,425 | 0,475 | 19,950 | 91,200 | 10 | №57 |
| | <i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i> | 100 | 1,125 | 0,000 | 22,725 | 96,008 | 3,000 | №399 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 195 | 2,550 | 0,475 | 42,675 | 187,208 | 13 | |
| ОБЕД | <i>Салат из свеклы на растительном масле</i> | 40 | 0,468 | 2,581 | 3,520 | 38,305 | 4,000 | №17 |
| | <i>Суп Крестьянский на м/б</i> | 150 | 1,165 | 2,404 | 7,866 | 55,790 | 0,508 | №51 |
| | <i>Ленивые голубцы</i> | 100 | 8,840 | 5,680 | 12,530 | 136,670 | 12,520 | №298 |
| | <i>Компот из яблок</i> | 150 | 0,103 | 0,114 | 18,200 | 69,684 | 1,360 | №155 |
| | <i>Хлеб пшеничный</i> | 40 | 3,070 | 0,850 | 16,740 | 97,500 | 0,000 | №147 |
| | <i>ржаной</i> | 20 | 1,320 | 0,200 | 8,040 | 38,000 | 0,000 | №149 |
| Итого за обед | | 500 | 14,993 | 11,829 | 66,896 | 435,949 | 18,388 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| | <i>Омлет натуральный с сыром</i> | 60 | 5,795 | 7,619 | 1,276 | 96,534 | 0,290 | №100 |
| | <i>Чай с лимоном</i> | 180 | 0,133 | 0,005 | 12,190 | 46,292 | 2,340 | №154 |
| | <i>Батон нарезной</i> | 20 | 1,520 | 0,640 | 8,370 | 48,750 | 0,000 | №159 |
| | <i>Печенье</i> | 12 | 0,900 | 1,176 | 8,928 | 50,040 | 0,000 | №151 |
| Итого за уплотненный полдник | | 272 | 8,348 | 9,440 | 30,764 | 241,616 | 2,63 | |
| Итого за день: | | 1292,00 | 36,262 | 35,606 | 191,585 | 1206,283 | 38,124 | |

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

МЕНЮ на 10 июля 2024 годаДень: средаСезон: весенне - летнийВозрастная 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 3 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | <i>Каша молочная «Дружба»</i> | 200 | 5,526 | 6,294 | 26,706 | 178,901 | 2,998 | №93 |
| | <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 | 13,757 | 19,129 | 68,566 | 458,709 | 5,108 | |
| 2-ой ЗАВТРАК | <i>Свежий фрукт, банан</i> | 100 | 1,500 | 0,500 | 21,000 | 96,000 | 10 | №57 |
| | <i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i> | 100 | 0,750 | 0,000 | 15,150 | 64,005 | 4,500 | №399 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 200 | 2,250 | 0,500 | 36,150 | 160,005 | 14,5 | |
| ОБЕД | <i>Салат из свеклы на растительном масле</i> | 50 | 0,585 | 3,480 | 4,400 | 50,156 | 5,000 | №17 |
| | <i>Суп Крестьянский на м/б</i> | 250 | 1,899 | 4,759 | 12,676 | 97,962 | 0,847 | №51 |
| | <i>Ленивые голубцы</i> | 160 | 14,144 | 9,088 | 20,048 | 218,672 | 20,032 | №298 |
| | <i>Компот из яблок</i> | 150 | 0,103 | 0,114 | 18,200 | 69,684 | 1,360 | №155 |
| | <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 | | 680 | 21,371 | 19,209 | 82,084 | 585,988 | 27,239 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| | <i>Омлет натуральный с сыром</i> | 100 | 7,270 | 9,228 | 2,976 | 123,292 | 0,790 | №100 |
| | <i>Чай с лимоном</i> | 200 | 0,200 | 0,005 | 13,730 | 52,336 | 2,620 | №154 |
| | <i>Батон нарезной</i> | 30 | 2,280 | 0,960 | 15,000 | 77,760 | 0,000 | №159 |
| | <i>Печенье</i> | 24 | 1,800 | 2,352 | 17,856 | 100,080 | 0,000 | №151 |
| Итого за уплотненный полдник | | 354 | 11,55 | 12,545 | 49,552 | 353,468 | 3,41 | |
| Итого за день: | | 1674,00 | 49,074 | 51,383 | 236,942 | 1558,17 | 50,257 | |

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