



**МЕНЮ на 10 декабря 2024 года***День: вторник**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 2</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	<i>Каша ячневая молочная</i>	200	5,643	6,150	25,736	174,431	0,558	№90
	<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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>12,061</b>	<b>17,200</b>	<b>66,576</b>	<b>427,103</b>	<b>1,958</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>	<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
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>200</b>	<b>2,250</b>	<b>0,500</b>	<b>36,150</b>	<b>160,005</b>	<b>14,500</b>	
<b>ОБЕД</b>	<i>Салат из капусты и моркови</i>	50	0,321	1,739	1,216	21,496	9,200	№23
	<i>Суп гороховый на м/б</i>	250	8,100	4,400	19,500	200,00	5,052	№44
	<i>Биточки рыбные</i>	75	12,444	6,178	8,928	140,500	0,495	№61
	<i>Картофельное пюре</i>	170	2,991	5,655	22,580	147,531	22,600	№109
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150	0,269	0,077	21,370	81,911	1,200	№162
	<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>765</b>	<b>28,738</b>	<b>19,817</b>	<b>100,354</b>	<b>740,952</b>	<b>38,547</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<i>Творожно-яблочная запеканка</i>	170	18,205	13,485	21,590	275,147	5,608	№132
	<i>Повидло (промышленного производства)</i>	30	0,000	0,000	18,300	73,200	0,000	№200
	<i>Йогурт питьевой со вкусом персика (промышленного производства)</i>	150	4,200	3,750	16,500	120,000	0,000	№14
<b>Итого за ужин</b>		<b>350</b>	<b>22,405</b>	<b>17,235</b>	<b>56,390</b>	<b>468,347</b>	<b>5,608</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1750,00</b>	<b>65,454</b>	<b>54,752</b>	<b>259,470</b>	<b>1796,407</b>	<b>60,613</b>	

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