

МЕНЮ на 15 апреля 2022 годаДень: пятницаСезон: весенне - летнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 2							
ДЕНЬ 10							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200	5,877	6,490	25,956	179,252	№ 91
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,860	126,808	№ 150
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	№ 34
Итого за завтрак		415	14,108	19,325	67,816	459,060	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт	100	1,560	1,620	9,600	54,640	№ 144
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640	
ОБЕД:	Суп овощной на м/б	250	1,998	3,216	10,018	74,505	№ 40
	Запеканка рисовая с мясом	230	15,054	15,637	40,320	352,145	№ 77
	Икра кабачковая	50	0,950	4,450	3,850	59,500	№ 42
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911	№ 162
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014	№ 149
Итого за обед		750	22,884	25,148	102,318	717,575	
ПОЛДНИК	Сок промышленного производства	100	0,750	0,000	15,150	64,005	№ 399
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005	
УЖИН	Рыба, тушеная с овощами и томатом	70	6,785	4,733	3,102	81,374	№ 64
	Макароны отварные	60	2,340	2,460	12,500	52,100	№ 77
	Чай с сахаром	200	0,156	0,000	14,040	53,274	№ 152
	Хлеб пшеничный	30	2,302	0,637	12,555	73,125	№ 148
Итого за ужин		360	11,583	7,830	42,197	259,873	
Итого за день:		1725,00	50,885	53,923	237,081	1555,153	

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