

**Меню на 15 августа 2022 года***День: понедельник**Сезон: весенне-летний**Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>						
<b>ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>	<i>Каша манная молочная</i>	150	4,900	6,260	29,300	226,060
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	150	2,837	2,474	15,570	92,004
	<i>Батон, масло, сыр</i>	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059
<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-ой ЗАВТРАК</b>	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	95	1,482	1,539	9,120	51,908
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>95</b>	<b>1,482</b>	<b>1,539</b>	<b>9,120</b>	<b>51,908</b>
<b>ОБЕД</b>	<i>Салат луковый</i>	20	0,266	1,800	1,400	22,666
	<i>Борщ красный со сметаной на м/б</i>	150	1,353	2,344	10,385	65,456
	<i>Плов из кур</i>	150	9,438	13,481	24,020	249,156
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366
	<i>Хлеб пшеничный ржаной</i>	40 20	3,070 1,320	0,850 0,200	16,740 8,040	97,500 38,000
<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>ПОЛДНИК</b>	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	150	1,125	0,000	22,725	96,008
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>1,125</b>	<b>0,000</b>	<b>22,725</b>	<b>96,008</b>
<b>УЖИН</b>	<i>Овощи тушеные</i>	170	2,696	4,590	20,120	127,543
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,140	0,000	12,636	47,947
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,535	0,425	8,370	48,750
<b>Итого за ужин</b>		<b>370</b>	<b>4,371</b>	<b>5,015</b>	<b>41,126</b>	<b>224,240</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1475,00</b>	<b>32,381</b>	<b>39,021</b>	<b>202,966</b>	<b>1309,423</b>

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

**Меню на 15 августа 2022 года**День: понедельникСезон: весенне-летнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			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
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	180	3,405	2,995	18,670	110,590
	<i>Батон, масло, сыр</i>	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791
<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>2-ой ЗАВТРАК</b>	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	100	1,560	1,620	9,600	54,640
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>100</b>	<b>1,560</b>	<b>1,620</b>	<b>9,600</b>	<b>54,640</b>
<b>ОБЕД</b>	<i>Салат луковый</i>	30	0,399	2,700	2,100	33,999
	<i>Борщ красный со сметаной</i>	250	2,292	4,691	17,693	117,740
	<i>Плов из кур</i>	200	13,385	19,109	36,100	360,897
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	<i>ржаной</i>	30	1,543	0,918	10,020	52,014
<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>ПОЛДНИК</b>	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	150	1,125	0,000	22,725	96,008
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>1,125</b>	<b>0,000</b>	<b>22,725</b>	<b>96,008</b>
<b>УЖИН</b>	<i>Овощи тушеные</i>	200	3,120	5,562	23,380	150,210
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,156	0,000	14,040	53,274
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,302	0,637	12,555	73,125
<b>Итого за ужин</b>		<b>480</b>	<b>5,578</b>	<b>6,199</b>	<b>49,975</b>	<b>276,609</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1853,00</b>	<b>42,774</b>	<b>52,987</b>	<b>248,603</b>	<b>1668,364</b>

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