

МЕНЮ на 16 мая 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)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1							
ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК	<i>Суп молочный с вермишелью</i>	150	0,012	2,104	4,016	34,041	№ 55
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	150	2,837	2,474	15,570	92,004	№ 151
	<i>Батон с маслом</i>	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	№ 34
Итого за завтрак		325	5,549	10,478	32,256	228,045	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	95	1,482	1,539	9,120	51,908	№ 144
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908	
ОБЕД	<i>Салат свекольный</i>	40	0,468	2,581	5,520	45,805	№ 16
	<i>Суп гречневый на м/б</i>	150	3,793	0,472	16,576	81,584	№ 39
	<i>Мясо, тушёное с овощами</i>	170	11,310	15,427	18,580	253,755	№ 80
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150	0,269	0,077	21,370	81,911	№ 162
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	<i> ржаной</i>	20	1,320	0,200	8,400	38,000	№ 149
Итого за обед		570	20,230	19,607	87,186	598,555	
ПОЛДНИК	<i>Сок виноградно-яблочный (промышленного производства)</i>	150	1,125	0,000	22,725	96,008	№ 399
Итого за полдник		150	1,125	0,000	22,725	96,008	
УЖИН	<i>Омлет с морковью</i>	75	3,795	5,189	3,380	74,557	№ 102
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,140	0,000	12,636	47,947	№ 152
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,535	0,425	48,750	38,000	№ 148
Итого за ужин		275	5,470	5,614	64,766	160,504	
Итого за день		1415,00	33,856	37,238	216,053	1135,020	

МЕНЮ на 16 мая 2022 годаДень: понедельникСезон: 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 1							
ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	250	7,160	8,222	30,642	217,544	№ 55
	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,405	2,995	18,670	110,590	№ 151
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	№ 34
Итого за завтрак		465	14,565	20,117	71,312	481,134	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	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	Салат свекольный	50	0,585	3,480	7,394	61,384	№ 16
	Суп гречневый на м/б	250	6,319	0,797	27,576	135,855	№ 39
	Мясо, тушёное с овощами	200	13,385	18,628	22,650	306,133	№ 80
	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		720	25,171	24,750	105,750	734,797	
ПОЛДНИК	Сок виноградно-яблочный (промышленного производства)	150	1,125	0,000	22,725	96,008	№ 399
Итого за полдник		150	1,125	0,000	22,725	96,008	
УЖИН	Омлет с морковью	100	5,175	6,773	5,214	101,206	№ 102
	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		330	7,633	7,410	31,809	227,605	
Итого за день		1765,00	50,054	53,897	241,196	1594,184	

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