

МЕНЮ на 16 августа 2022 года*День: вторник**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	
НЕДЕЛЯ 2						
ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	4,232	4,613	19,302	130,823
	Чай с молоком	180	2,356	2,125	16,820	91,622
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000
Итого за завтрак		355	9,288	12,638	50,792	324,445
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908
ОБЕД	Салат из соленых огурцов	20	0,119	1,290	0,323	13,298
	Суп гороховый на м/б	150	4,500	2,400	11,300	26,900
	Биточки рыбные	50	6,458	3,724	6,442	83,506
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000
Итого за обед		580	18,376	13,271	84,105	468,836
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005
УЖИН	Творожно-яблочная запеканка	120	12,909	9,631	15,120	195,011
	Повидло промышленного производства	20	0,000	0,000	12,200	48,800
	Чай без сахара	180	0,094	0,000	0,041	0,528
Итого за ужин		320	13,003	9,631	27,361	244,339
Итого за день:		1450,00	42,899	37,079	186,528	1153,533

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

МЕНЮ на 16 августа 2022 годаДень: вторникСезон: 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	
НЕДЕЛЯ 2						
ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	200	5,643	6,150	25,736	174,431
	Чай с молоком	200	2,418	2,150	18,840	99,672
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000
Итого за завтрак		435	12,061	17,200	66,576	427,103
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	100	1,560	1,620	9,600	54,640
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640
ОБЕД	Салат из солёных огурцов	25	0,147	1,741	0,400	17,750
	Суп гороховый на м/б	250	8,100	4,400	19,500	200,00
	Биточки рыбные	75	12,444	6,178	8,928	140,500
	Картофельное пюре	170	2,991	5,655	22,580	147,531
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014
Итого за обед		740	28,564	19,829	99,538	737,206
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005
УЖИН	Творожно-яблочная запеканка	170	18,205	13,485	21,590	275,147
	Повидло промышленного производства	30	0,000	0,000	18,300	73,200
	Чай без сахара	200	0,104	0,000	0,045	0,570
Итого за ужин		400	18,309	13,485	39,935	348,917
Итого за день:		1775,00	61,244	52,134	230,799	1631,871

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