

МЕНЮ на 17августа 2022 года*День: среда**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 3						
ЗАВТРАК	<i>Каша молочная «Дружба»</i>	<i>150</i>	<i>4,145</i>	<i>4,721</i>	<i>20,030</i>	<i>134,176</i>
	<i>Какао на молоке</i>	<i>150</i>	<i>3,526</i>	<i>3,241</i>	<i>16,550</i>	<i>105,334</i>
	<i>Батон с маслом</i>	<i>20/5</i>	<i>2,700</i>	<i>5,900</i>	<i>14,670</i>	<i>102,000</i>
Итого за завтрак		325	10,371	13,862	51,250	341,510
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	<i>95</i>	<i>1,482</i>	<i>1,539</i>	<i>9,120</i>	<i>51,908</i>
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908
ОБЕД	<i>Салат из свеклы с маслом</i>	<i>40</i>	<i>0,468</i>	<i>2,581</i>	<i>3,520</i>	<i>38,305</i>
	<i>Суп Крестьянский на м/б</i>	<i>150</i>	<i>1,165</i>	<i>2,404</i>	<i>7,866</i>	<i>55,790</i>
	<i>Ленивые голубцы</i>	<i>100</i>	<i>8,840</i>	<i>5,680</i>	<i>12,530</i>	<i>136,670</i>
	<i>Компот из яблок</i>	<i>150</i>	<i>0,103</i>	<i>0,114</i>	<i>18,200</i>	<i>69,684</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>3,070</i>	<i>0,850</i>	<i>16,740</i>	<i>97,500</i>
	<i>ржаной</i>	<i>20</i>	<i>1,320</i>	<i>0,200</i>	<i>8,040</i>	<i>38,000</i>
Итого за обед		500	14,993	11,829	66,896	435,949
ПОЛДНИК	<i>Сок виноградно-яблочный (промышленного производства)</i>	<i>150</i>	<i>1,125</i>	<i>0,000</i>	<i>22,725</i>	<i>96,008</i>
Итого за полдник		150	1,125	0,000	22,725	96,008
УЖИН	<i>Салат из зелёного горошка</i>	<i>40</i>	<i>1,350</i>	<i>3,000</i>	<i>3,080</i>	<i>46,300</i>
	<i>Омлет натуральный с сыром</i>	<i>60</i>	<i>5,795</i>	<i>7,619</i>	<i>1,276</i>	<i>96,534</i>
	<i>Чай с лимоном</i>	<i>180</i>	<i>0,133</i>	<i>0,005</i>	<i>12,190</i>	<i>46,292</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20</i>	<i>1,535</i>	<i>0,425</i>	<i>8,370</i>	<i>48,750</i>
Итого за ужин		300	8,813	8,049	21,836	191,576
Итого за день:		1330,00	35,434	35,279	171,827	1116,951

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

МЕНЮ на 17 августа 2022 года

День: среда

Сезон: весенне - летний

Возрастная 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 3						
<i>ЗАВТРАК</i>	<i>Каша молочная «Дружба»</i>	<i>200</i>	<i>5,526</i>	<i>6,294</i>	<i>26,706</i>	<i>178,901</i>
	<i>Какао на молоке</i>	<i>180</i>	<i>4,231</i>	<i>3,935</i>	<i>19,860</i>	<i>126,808</i>
	<i>Батон с маслом</i>	<i>30/5</i>	<i>4,000</i>	<i>8,900</i>	<i>22,000</i>	<i>153,000</i>
<i>Итого за завтрак</i>		<i>415</i>	<i>13,757</i>	<i>19,129</i>	<i>68,566</i>	<i>458,709</i>
<i>2-ой ЗАВТРАК</i>	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	<i>100</i>	<i>1,560</i>	<i>1,620</i>	<i>9,600</i>	<i>54,640</i>
<i>Итого за 2-ой завтрак</i>		<i>100</i>	<i>1,560</i>	<i>1,620</i>	<i>9,600</i>	<i>54,640</i>
<i>ОБЕД</i>	<i>Салат из свеклы с маслом</i>	<i>50</i>	<i>0,585</i>	<i>3,480</i>	<i>4,400</i>	<i>50,156</i>
	<i>Суп Крестьянский на м/б</i>	<i>250</i>	<i>1,899</i>	<i>4,759</i>	<i>12,676</i>	<i>97,962</i>
	<i>Ленивые голубцы</i>	<i>160</i>	<i>14,144</i>	<i>9,088</i>	<i>20,048</i>	<i>218,672</i>
	<i>Компот из яблок</i>	<i>150</i>	<i>0,103</i>	<i>0,114</i>	<i>18,200</i>	<i>69,684</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>3,070</i>	<i>0,850</i>	<i>16,740</i>	<i>97,500</i>
	<i> ржаной</i>	<i>30</i>	<i>1,543</i>	<i>0,918</i>	<i>10,020</i>	<i>52,014</i>
<i>Итого за обед</i>		<i>680</i>	<i>21,371</i>	<i>19,209</i>	<i>82,084</i>	<i>585,988</i>
<i>ПОЛДНИК</i>	<i>Сок виноградно-яблочный (промышленного производства)</i>	<i>150</i>	<i>1,125</i>	<i>0,000</i>	<i>22,725</i>	<i>96,008</i>
<i>Итого за полдник</i>		<i>150</i>	<i>1,125</i>	<i>0,000</i>	<i>22,725</i>	<i>96,008</i>
<i>УЖИН</i>	<i>Салат из зеленого горошка</i>	<i>50</i>	<i>1,687</i>	<i>3,750</i>	<i>3,850</i>	<i>57,875</i>
	<i>Омлет натуральный с сыром</i>	<i>100</i>	<i>7,270</i>	<i>9,228</i>	<i>2,976</i>	<i>123,292</i>
	<i>Чай с лимоном</i>	<i>200</i>	<i>0,200</i>	<i>0,005</i>	<i>13,730</i>	<i>52,336</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30</i>	<i>2,302</i>	<i>0,637</i>	<i>12,555</i>	<i>73,125</i>
<i>Итого за ужин</i>		<i>380</i>	<i>11,459</i>	<i>13,620</i>	<i>33,111</i>	<i>306,628</i>
<i>Итого за день:</i>		<i>1675,00</i>	<i>49,272</i>	<i>53,578</i>	<i>216,086</i>	<i>1501,973</i>

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