

**Меню на 20 июня 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		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	4,900	6,260	29,300	226,060	№ 390
	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,837	2,474	15,570	92,004	№ 151
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	№ 1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>9,831</b>	<b>13,732</b>	<b>55,190</b>	<b>410,123</b>	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	№ 144
<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>	
ОБЕД	Салат луковый	20	0,266	1,800	1,400	22,666	№ 26
	Борщ красный со сметаной на м/б	150	1,353	2,344	10,385	65,456	№ 43
	Плов из кур	150	9,438	13,481	24,020	249,156	№ 57
	Компот из шиповника	150	0,125	0,060	14,220	54,366	№ 158
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	№ 149
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>15,572</b>	<b>18,735</b>	<b>74,805</b>	<b>527,144</b>	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (промышленного производства)	150	1,125	0,000	22,725	96,008	№ 399
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>1,125</b>	<b>0,000</b>	<b>22,725</b>	<b>96,008</b>	
УЖИН	Овощи тушеные	170	2,696	4,590	20,120	127,543	№ 123
	Чай с сахаром	180	0,140	0,000	12,636	47,947	№ 152
	Хлеб пшеничный	20	1,535	0,425	8,370	48,750	№ 148
<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 20 июня 2022 года

День: понедельник

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	200	7,070	7,520	35,300	286,210	№ 390
	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,405	2,995	18,670	110,590	№ 151
	Батон, масло, сыр	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791	№ 1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>423</b>	<b>13,697</b>	<b>16,840</b>	<b>69,430</b>	<b>524,591</b>	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	100	1,560	1,620	9,600	54,640	№ 144
<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>	
ОБЕД	Салат луковый	30	0,399	2,700	2,100	33,999	№ 26
	Борщ красный со сметаной	250	2,292	4,691	17,693	117,740	№ 43
	Плов из кур	200	13,385	19,109	36,100	360,897	№ 57
	Компот из шиповника	150	0,125	0,060	14,220	54,366	№ 158
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	№ 147
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014	№149
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>20,814</b>	<b>28,328</b>	<b>96,873</b>	<b>716,516</b>	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (промышленного производства)	150	1,125	0,000	22,725	96,008	№ 399
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>1,125</b>	<b>0,000</b>	<b>22,725</b>	<b>96,008</b>	
УЖИН	Овощи тушеные	200	3,120	5,562	23,380	150,210	№ 123
	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
<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.