

МЕНЮ на 21 апреля 2022 годаДень: четвергСезон: 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 4							
ЗАВТРАК	<i>Каша молочная пшеничная</i>	200	8,586	6,751	43,012	256,402	№ 89
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	180	3,405	2,995	18,670	110,590	№ 151
	<i>Батон, масло, сыр</i>	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791	№ 1
Итого за завтрак		423	15,213	16,071	58,472	494,783	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	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	<i>Свекольник со сметаной и яйцом на м/б</i>	250	2,268	5,380	10,982	98,677	№ 36
	<i>Тефтели из говядины с рисом</i>	70	10,580	7,680	5,690	157,800	№ 108
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	150	7,111	8,429	41,184	258,745	№ 85
	<i>Соус томатный</i>	40	0,391	2,159	3,081	32,552	№ 179
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366	№ 158
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,371	0,275	19,680	85,762	№ 147
	<i>ржаной</i>	30	1,543	0,918	10,020	52,014	№ 149
Итого за обед		730	24,389	18,747	104,857	739,916	
ПОЛДНИК	<i>Сок яблочный (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	№ 399
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005	
УЖИН	<i>Капуста тушёная</i>	200	3,632	7,979	17,620	152,417	№ 116
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,156	0,000	14,040	53,274	№ 152
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,302	0,637	12,555	73,125	№ 148
Итого за ужин		430	6,090	8,616	44,215	278,816	
Итого за день:		1783,00	48,002	45,054	232,294	1632,160	

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