

**МЕНЮ на 21 июня 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)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 2</b>							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	4,232	4,613	19,302	130,823	№ 90
	Чай с молоком	180	2,356	2,125	16,820	91,622	№ 153
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	№ 34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>9,288</b>	<b>12,638</b>	<b>50,792</b>	<b>324,445</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 из соленых огурцов	20	0,119	1,290	0,323	13,298	№ 29
	Суп гороховый на м/б	150	4,500	2,400	11,300	26,900	№ 21
	Биточки рыбные	50	6,458	3,724	6,442	83,506	№ 61
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721	№ 109
	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	20	1,320	0,200	8,040	38,000	№ 149
<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>18,376</b>	<b>13,271</b>	<b>84,105</b>	<b>468,836</b>	
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой (промышленного производства)	150	4,200	3,750	16,500	120,000	№ 14
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>4,200</b>	<b>3,750</b>	<b>16,500</b>	<b>120,000</b>	
УЖИН	Творожно-яблочная запеканка	120	12,909	9,631	15,120	195,011	№ 132
	Повидло промышленного производства	20	0,000	0,000	12,200	48,800	№ 177
	Чай без сахара	180	0,094	0,000	0,041	0,528	№ 155
<b>Итого за ужин</b>		<b>320</b>	<b>13,003</b>	<b>9,631</b>	<b>27,361</b>	<b>244,339</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1500,00</b>	<b>46,349</b>	<b>40,829</b>	<b>187,878</b>	<b>1209,528</b>	

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

**МЕНЮ на 21 июня 2022 года**День: вторникСезон: 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		
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>							
<b>ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая молочная	200	5,643	6,150	25,736	174,431	№ 90
	Чай с молоком	200	2,418	2,150	18,840	99,672	№ 153
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	№ 34
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>12,061</b>	<b>17,200</b>	<b>66,576</b>	<b>427,103</b>	
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>	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>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из солёных огурцов	25	0,147	1,741	0,400	17,750	№ 29
	Суп гороховый на м/б	250	8,100	4,400	19,500	200,00	№ 21
	Биточки рыбные	75	12,444	6,178	8,928	140,500	№ 61
	Картофельное пюре	170	2,991	5,655	22,580	147,531	№ 109
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>740</b>	<b>28,564</b>	<b>19,829</b>	<b>99,538</b>	<b>737,206</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Йогурт питьевой со вкусом персика (промышленного производства)	150	4,200	3,750	16,500	120,000	№ 14
<b>Итого за полдник</b>		<b>150</b>	<b>4,200</b>	<b>3,750</b>	<b>16,500</b>	<b>120,000</b>	
<b>УЖИН</b>	Творожно-яблочная запеканка	170	18,205	13,485	21,590	275,147	№ 132
	Повидло промышленного производства	30	0,000	0,000	18,300	73,200	№ 177
	Чай без сахара	200	0,104	0,000	0,045	0,570	№ 155
<b>Итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>18,309</b>	<b>13,485</b>	<b>39,935</b>	<b>348,917</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1825,00</b>	<b>64,694</b>	<b>55,884</b>	<b>232,149</b>	<b>1687,866</b>	

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