

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

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

**МЕНЮ на 22 июня 2022 года**День: средаСезон: 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	
<b>НЕДЕЛЯ 2</b>						
<b>ДЕНЬ 3</b>						
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	200	5,526	6,294	26,706	178,901
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,860	126,808
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>13,757</b>	<b>19,129</b>	<b>68,566</b>	<b>458,709</b>
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	100	1,560	1,620	9,600	54,640
<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 из свеклы с маслом	50	0,585	3,480	4,400	50,156
	Суп Крестьянский на м/б	250	1,899	4,759	12,676	97,962
	Ленивые голубцы	160	14,144	9,088	20,048	218,672
	Компот из яблок	150	0,103	0,114	18,200	69,684
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	ржаной	30	1,543	0,918	10,020	52,014
<b>Итого за обед</b>		<b>680</b>	<b>21,371</b>	<b>19,209</b>	<b>82,084</b>	<b>585,988</b>
ПОЛДНИК	Сок виноградно-яблочный (промышленного производства)	150	1,125	0,000	22,725	96,008
<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	Салат из зелёного горошка	50	1,687	3,750	3,850	57,875
	Омлет натуральный с сыром	100	7,270	9,228	2,976	123,292
	Чай с лимоном	200	0,200	0,005	13,730	52,336
	Хлеб пшеничный	30	2,302	0,637	12,555	73,125
<b>Итого за ужин</b>		<b>380</b>	<b>11,459</b>	<b>13,620</b>	<b>33,111</b>	<b>306,628</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1675,00</b>	<b>49,272</b>	<b>53,578</b>	<b>216,086</b>	<b>1501,973</b>

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