

**МЕНЮ на 22 августа 2022 года**День: понедельникСезон: весенне-летнийВозрастная 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 1</b>						
<b>ДЕНЬ 1</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>	<i>Суп молочный с вермишелью</i>	150	0,012	2,104	4,016	34,041
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	150	2,837	2,474	15,570	92,004
	<i>Батон с маслом</i>	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>5,549</b>	<b>10,478</b>	<b>32,256</b>	<b>228,045</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 свекольный</i>	40	0,468	2,581	5,520	45,805
	<i>Суп гречневый на м/б</i>	150	3,793	0,472	16,576	81,584
	<i>Мясо, тушёное с овощами</i>	170	11,310	15,427	18,580	253,755
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500
	<i>ржаной</i>	20	1,320	0,200	8,400	38,000
<b>Итого за обед</b>		<b>570</b>	<b>20,230</b>	<b>19,607</b>	<b>87,186</b>	<b>598,555</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<i>Сок фруктовый (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>Омлет с морковью</i>	75	3,795	5,189	3,380	74,557
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,140	0,000	12,636	47,947
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,535	0,425	48,750	38,000
<b>Итого за ужин</b>		<b>275</b>	<b>5,470</b>	<b>5,614</b>	<b>64,766</b>	<b>160,504</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1415,00</b>	<b>33,856</b>	<b>37,238</b>	<b>216,053</b>	<b>1135,020</b>

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

**МЕНЮ на 22 августа 2022 года**День: понедельникСезон: 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 1</b>						
<b>ДЕНЬ 1</b>						
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	250	7,160	8,222	30,642	217,544
	Кофейный напиток злаковый на молоке	180	3,405	2,995	18,670	110,590
	Батон с маслом	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000
<b>Итого за завтрак</b>		<b>465</b>	<b>14,565</b>	<b>20,117</b>	<b>71,312</b>	<b>481,134</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 свекольный	50	0,585	3,480	7,394	61,384
	Суп гречневый на м/б	250	6,319	0,797	27,576	135,855
	Мясо, тушёное с овощами	200	13,385	18,628	22,650	306,133
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911
	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>720</b>	<b>25,171</b>	<b>24,750</b>	<b>105,750</b>	<b>734,797</b>
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (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	Омлет с морковью	100	5,175	6,773	5,214	101,206
	Чай с сахаром	200	0,156	0,000	14,040	53,274
	Хлеб пшеничный	30	2,302	0,637	12,555	73,125
<b>Итого за ужин</b>		<b>330</b>	<b>7,633</b>	<b>7,410</b>	<b>31,809</b>	<b>227,605</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1765,00</b>	<b>50,054</b>	<b>53,897</b>	<b>241,196</b>	<b>1594,184</b>

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