

МЕНЮ на 24 июня 2022 годаДень: пятницаСезон: 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	
НЕДЕЛЯ 2						
ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	4,408	4,868	19,467	134,439
	<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
Итого за завтрак		325	10,634	14,009	50,687	341,773
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	95	1,482	1,539	9,120	51,908
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908
ОБЕД	<i>Суп овощной на м/б</i>	150	1,165	1,609	5,914	41,317
	<i>Запеканка рисовая с мясом</i>	200	12,925	13,065	34,660	299,254
	<i>Икра кабачковая</i>	40	0,800	3,600	3,440	48,800
	<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	8,040	38,000
Итого за обед		600	19,549	19,401	90,164	606,782
ПОЛДНИК	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005
УЖИН	<i>Рыба, тушеная с овощами и томатом</i>	50	4,737	3,274	2,114	56,343
	<i>Макароны отварные</i>	40	1,560	1,640	48,333	35,333
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,140	0,000	12,636	47,947
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,535	0,425	8,370	48,750
Итого за ужин		290	7,972	5,339	71,453	188,373
Итого за день:		1410,00	40,387	40,288	236,574	1252,841

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

МЕНЮ на 24 июня 2022 годаДень: пятницаСезон: 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	
НЕДЕЛЯ 2						
ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200	5,877	6,490	25,956	179,252
	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
Итого за завтрак		415	14,108	19,325	67,816	459,060
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	100	1,560	1,620	9,600	54,640
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640
ОБЕД:	Суп овощной на м/б	250	1,998	3,216	10,018	74,505
	Запеканка рисовая с мясом	230	15,054	15,637	40,320	352,145
	Икра кабачковая	50	0,950	4,450	3,850	59,500
	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
Итого за обед		750	22,884	25,148	102,318	717,575
ПОЛДНИК	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005
Итого за полдник		100	0,750	0,000	15,150	64,005
УЖИН	Рыба, тушеная с овощами и томатом	70	6,785	4,733	3,102	81,374
	Макаронны отварные	60	2,340	2,460	12,500	52,100
	Чай с сахаром	200	0,156	0,000	14,040	53,274
	Хлеб пшеничный	30	2,302	0,637	12,555	73,125
Итого за ужин		360	11,583	7,830	42,197	259,873
Итого за день:		1725,00	50,885	53,923	237,081	1555,153

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