

**МЕНЮ на 11 марта 2025 года**День: вторникСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи             | Наименование блюда                                                | Вес<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность<br>(ккал) | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------|--------|----------|-----------------------------------|--------------|----------------|
|                        |                                                                   |                             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                   |              |                |
| НЕДЕЛЯ 2<br>ДЕНЬ 2     |                                                                   |                             |                      |        |          |                                   |              |                |
| ЗАВТРАК                | Каша ячневая молочная                                             | 150                         | 4,232                | 4,613  | 19,302   | 130,823                           | 0,419        | №90            |
|                        | Чай с молоком                                                     | 180                         | 2,356                | 2,125  | 16,820   | 91,622                            | 1,360        | №153           |
|                        | Батон с маслом                                                    | 20/5                        | 2,700                | 5,900  | 14,670   | 102,000                           | 0,000        | №34            |
| Итого за завтрак       |                                                                   | 355                         | 9,288                | 12,638 | 50,792   | 324,445                           | 1,779        |                |
| 2-ой ЗАВТРАК           | Свежий фрукт, банан                                               | 95                          | 1,425                | 0,475  | 19,950   | 91,200                            | 10           | №57            |
|                        | Сок фруктовый<br>(промышленного производства)                     | 100                         | 0,750                | 0,000  | 15,150   | 64,005                            | 3,000        | №399           |
| Итого за 2-ой завтрак  |                                                                   | 195                         | 2,175                | 0,475  | 35,100   | 155,205                           | 13           |                |
| ОБЕД                   | Салат из капусты и моркови                                        | 40                          | 0,255                | 1,292  | 0,959    | 16,244                            | 7,350        | №23            |
|                        | Суп гороховый на м/б                                              | 150                         | 4,500                | 2,400  | 11,300   | 26,900                            | 2,701        | №44            |
|                        | Биточки рыбные                                                    | 50                          | 6,458                | 3,724  | 6,442    | 83,506                            | 0,330        | №61            |
|                        | Картофельное пюре                                                 | 150                         | 2,640                | 4,730  | 19,890   | 127,721                           | 22,53        | №109           |
|                        | Компот из сухофруктов                                             | 150                         | 0,269                | 0,077  | 21,370   | 81,911                            | 1,200        | №162           |
|                        | Хлеб пшеничный                                                    | 40                          | 3,070                | 0,850  | 16,740   | 97,500                            | 0,000        | №147           |
|                        | ржаной                                                            | 20                          | 1,320                | 0,200  | 8,040    | 38,000                            | 0,000        | №149           |
| Итого за обед          |                                                                   | 600                         | 18,512               | 13,273 | 84,741   | 471,728                           | 34,111       |                |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | Творожно - яблочная запеканка                                     | 120                         | 12,909               | 9,631  | 15,120   | 195,011                           | 4,026        | №132           |
|                        | Повидло<br>(промышленного производства)                           | 20                          | 0,000                | 0,000  | 12,200   | 48,800                            | 0,000        | №200           |
|                        | Йогурт питьевой со вкусом персика<br>(промышленного производства) | 150                         | 4,200                | 3,750  | 16,500   | 120,000                           | 0,000        | №14            |
| Итого за ужин          |                                                                   | 290                         | 16,409               | 13,381 | 43,820   | 363,811                           | 4,026        |                |
| Итого за день:         |                                                                   | 1440,00                     | 46,384               | 39,767 | 214,453  | 1315,243                          | 52,916       |                |

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

**МЕНЮ на 11 марта 2025 года**День: вторникСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

| Прием пищи                     | Наименование блюда                                                | Вес<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин<br>С  | №<br>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                              | 0,558         | №90            |
|                                | Чай с молоком                                                     | 200                         | 2,418                | 2,150         | 18,840         | 99,672                               | 1,400         | №153           |
|                                | Батон с маслом                                                    | 30/5                        | 4,000                | 8,900         | 22,000         | 153,000                              | 0,000         | №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>1,958</b>  |                |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>            | Свежий фрукт, банан                                               | 100                         | 1,500                | 0,500         | 21,000         | 96,000                               | 10            | №57            |
|                                | Сок фруктовый<br>(промышленного производства)                     | 100                         | 0,750                | 0,000         | 15,150         | 64,005                               | 4,500         | №399           |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>   |                                                                   | <b>200</b>                  | <b>2,250</b>         | <b>0,500</b>  | <b>36,150</b>  | <b>160,005</b>                       | <b>14,500</b> |                |
| <b>ОБЕД</b>                    | Салат из капусты и моркови                                        | 50                          | 0,321                | 1,739         | 1,216          | 21,496                               | 9,200         | №23            |
|                                | Суп гороховый на м/б                                              | 250                         | 8,100                | 4,400         | 19,500         | 200,00                               | 5,052         | №44            |
|                                | Биточки рыбные                                                    | 75                          | 12,444               | 6,178         | 8,928          | 140,500                              | 0,495         | №61            |
|                                | Картофельное пюре                                                 | 170                         | 2,991                | 5,655         | 22,580         | 147,531                              | 22,600        | №109           |
|                                | Компот из сухофруктов                                             | 150                         | 0,269                | 0,077         | 21,370         | 81,911                               | 1,200         | №162           |
|                                | Хлеб пшеничный                                                    | 40                          | 3,070                | 0,850         | 16,740         | 97,500                               | 0,000         | №147           |
|                                | ржаной                                                            | 30                          | 1,543                | 0,918         | 10,020         | 52,014                               | 0,000         | №149           |
| <b>Итого за обед</b>           |                                                                   | <b>765</b>                  | <b>28,738</b>        | <b>19,817</b> | <b>100,354</b> | <b>740,952</b>                       | <b>38,547</b> |                |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ<br/>ПОЛДНИК</b> | Творожно-яблочная запеканка                                       | 170                         | 18,205               | 13,485        | 21,590         | 275,147                              | 5,608         | №132           |
|                                | Повидло<br>(промышленного производства)                           | 30                          | 0,000                | 0,000         | 18,300         | 73,200                               | 0,000         | №200           |
|                                | Йогурт питьевой со вкусом персика<br>(промышленного производства) | 150                         | 4,200                | 3,750         | 16,500         | 120,000                              | 0,000         | №14            |
| <b>Итого за ужин</b>           |                                                                   | <b>350</b>                  | <b>22,405</b>        | <b>17,235</b> | <b>56,390</b>  | <b>468,347</b>                       | <b>5,608</b>  |                |
| <b>Итого за день:</b>          |                                                                   | <b>1750,00</b>              | <b>65,454</b>        | <b>54,752</b> | <b>259,470</b> | <b>1796,407</b>                      | <b>60,613</b> |                |

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