

МЕНЮ на 13 марта 2026 годаДень: пятницаСезон: весенне-летнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 1								
ДЕНЬ 5								
ЗАВТРАК	<i>Суп молочный овсяной</i>	250	6,065	10,181	28,743	223,673	1,095	№54
	<i>Какао на молоке</i>	180	4,231	3,935	19,860	126,808	2,11	№150
	<i>Батон с маслом</i>	30/5	4,000	8,900	22,000	153,000	0,000	№34
Итого за завтрак		465	14,296	23,016	70,603	503,481	3,205	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	№144
Итого за 2-ой завтрак		100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	
ОБЕД	<i>Суп картофельный с рыбой</i>	250	4,536	2,011	10,518	75,681	14,740	№38
	<i>Биточек мясной паровой</i>	70	19,289	31,973	4,510	381,828	0,700	№70
	<i>Овощи тушёные</i>	200	3,120	5,562	23,380	150,210	50,65	№123
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	4,500	№399
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	<i>ржаной</i>	30	1,543	0,918	10,020	52,014	0,000	№149
Итого за обед		690	28,488	41,314	80,318	821,238	70,59	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	<i>Творожная запеканка</i>	150	18,790	12,995	20,550	269,175	0,920	№130
	<i>Сгущенное молоко (промышленного производства)</i>	30	2,550	2,100	16,800	99,000	0,000	№8
	<i>Йогурт питьевой со вкусом клубники</i>	150	4,200	3,750	16,500	120,000	0,000	№14
Итого за уплотненный полдник		330	25,540	18,845	53,850	488,175	0,92	
Итого за день:		1585,00	69,884	84,795	214,371	1867,734	84,715	

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