

МЕНЮ на 23 октября 2025 годаДень: четвергСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4								
ЗАВТРАК	Суп молочный гречневый	150	5,274	5,137	22,239	151,105	0,850	№85
	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,837	2,474	15,570	92,004	1,470	№151
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	0,045	№1
Итого за завтрак		330	10,205	12,609	48,129	335,168	2,365	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	10	№144
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
Итого за 2-ой завтрак		195	2,232	1,539	24,270	115,913	13	
ОБЕД	Рассольник домашний со сметаной на м/б	150	1,105	2,363	8,640	58,088	15,120	№46
	Биточек мясной паровой	60	9,188	9,918	3,936	140,774	0,600	№70
	Капуста тушеная	170	3,005	6,996	13,900	127,106	86,20	№116
	Компот из шиповника	150	0,125	0,060	14,220	54,366	65,000	№158
	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		590	17,813	20,387	65,476	515,834	166,92	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Салат из капусты и моркови	40	0,255	1,292	0,959	16,244	14,700	№24
	Картофель, тушеный с луком и томатом	150	2,696	3,360	26,610	140,814	35,81	№111
	Кисель	150	0,360	0,000	22,800	92,500	0,250	№244
	Батон нарезной	20	1,520	0,640	10,000	51,840	0,000	№159
Итого за уплотненный полдник		360	4,831	5,292	60,369	301,398	50,76	
Итого за день:		1475,00	35,081	39,824	198,244	1268,313	233,045	

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

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

- Пища готовится в щадящем режиме, без ГМО.