

1,5-3 лет

**МЕНЮ на****07.03.2024**

	Прием пищи, наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный, запеченный	110	6,9	12,7	1,1	148,00
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	20	0,7	0,6	1,5	16,50
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,50	0,07	49,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Чай с молоком с сахаром	150	1,1	1,2	9,3	53,20
	Апельсин	110	0,92	0,18	8,89	47,30
<b>Завтрак2</b>	Нектар тыквенно-морковный с мякотью	100	1,0	0,1	12,6	56,00
	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,10
<b>Обед</b>	Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)	160	2,4	4,2	6,6	112,27
	Жаркое по-домашнему (говядина)	160	9,8	7,8	12,4	250,5
	Кисель из ягод (вишня)	150	0,22	0,0	26,0	110,20
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10
<b>Полдник</b>	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	180	4,3	4,8	7,1	90,00
	Салат из консервированных огурцов с луком с растительным маслом	40	0,3	3,6	0,9	35,20
	Биточек мясной рубленый	60	5,7	7,1	5,4	126,50
	Рагу овощное	110	2,5	4,1	6,8	118,00
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,11		8,2	34,60
			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
			<b>45,8</b>	<b>66,0</b>	<b>190,2</b>	<b>1725,2</b>

3-7 лет

**МЕНЮ на****07.03.2024**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный, запеченный	130	10,6	19,5	2,0	228,00
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	0,9	0,8	1,9	20,62
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	0,1	7,8	0,1	70,90
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Чай с молоком с сахаром	180	1,5	1,7	12,1	65,5
	Апельсин	110	0,92	0,18	8,89	47,30
<b>Завтрак2</b>	Нектар тыквенно-морковный с мякотью	100	1,0	0,1	12,6	56,00
	<b>Обед</b>					
	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	60	0,2	5,2	1,1	45,57
	Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)	200	3,0	5,2	14,8	140,34
	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	12,4	9,9	16,2	320,2
	Кисель из ягод (вишня)	180	0,26	0,0	31,2	132,24
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
<b>Полдник</b>	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	200	5,6	5,2	8,5	109,00
<b>Ужин</b>	Салат из консервированных огурцов с луком с растительным маслом	60	0,5	5,4	1,4	52,80
	Биточек мясной рубленый	70	7,2	9,1	6,9	161,00
	Рагу овощное	130	3,2	5,7	8,1	148,80
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Чай с лимоном	180/10/7	0,15	0,00	9,50	40,10
			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
			<b>61,0</b>	<b>88,3</b>	<b>237,6</b>	
						<b>2183,5</b>