

**Меню на 11 апреля 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)
Понедельник**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
завтрак						
1	Макароны отварные с маслом	100	3,4	4,65	28,2	161,6
2	Икра кабачковая	40	0,416	2,9	2,9	41,66
3	Яйцо вар.1/2	20	2,54	2,3	0,14	31,5
4	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
5	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	ИТОГО	335	7,816	13,48	59,51	304,86
2 завтрак						
6	Сок фруктовый	180	0,74	0,17	17,0	86,4
		180	0,74	0,17	17,0	86,4
Обед						
7	Салат свекольный	40	0,47	2,58	5,52	45,805
8	Рассольник домашний со сметаной	150	1,105	2,363	8,64	58,088
9	Котлеты, рубленные из птицы	70	11,64	13,14	13,46	223
10	Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,8	22,5
11	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,0	3,0	21,12	122,4
12	Компот из с/фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75
13	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
14	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	610	18,105	22,553	89,06	660,63
Уплотненный полдник						
15	Булочка с крошкой	50	3,82	8,677	32,98	217,06
16	Каша молочная ячневая	150	4,23	4,61	19,302	130,82
17	Н-к из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61,0
	ИТОГО	390	8,41	13,377	52,352	408,88
	Всего за день:	1475	35,07	49,57	217,92	1460,77

**Меню на 11 апреля 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Понедельник**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
завтрак						
1	Макароны отварные с маслом	150	5,2	7,06	42,4	243,13
2	Икра кабачковая	50	0,500	3,5	3,5	50,0
3	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
4	Яйцо вар.1/2	20	2,54	2,3	0,14	31,5
5	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	ИТОГО	490	12,21	16,68	60,73	463,16
2 завтрак						
6	Сок фруктовый	180	0,74	0,17	17,0	86,4
		180	0,74	0,17	17,0	86,4
Обед						
7	Салат свекольный	50	0,59	3,48	7,39	61,38
8	Рассольник домашний со сметаной	200	1,49	3,78	11,44	82,93
9	Котлеты, рубленные из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
10	Соус томатный	30	0,35	1,3	2,4	22,6
11	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,46	4,34	31,69	183,6
12	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
14	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	ИТОГО	780	23,43	22,64	118,08	936,53
Уплотненный полдник						
15	Булочка с крошкой	60	4,67	10,68	38,68	259,85
16	Каша молочная ячневая	200	5,643	6,150	25,736	174,43
17	Н-к из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,0
	ИТОГО	440	12,23	18,84	71,17	513,25
	Всего за день:	1890	49,001	58,324	279,08	1995,4