

Меню на 13 апреля 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)
Среда

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
Завтрак						
1	Каша пшеничная молочная	155	4,12	4,03	25,31	154,0
2	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
3	сыр	5	1,16	1,5	-	18,0
4	Яйцо вар.1/2	20	2,54	2,3	0,14	31,5
5	Кофейный напиток злак.на молоке	150	2,837	2,474	15,57	92,004
	ИТОГО	355	16,547	16,714	62,53	363,4
2 завтрак						
6	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,0
	ИТОГО	150	4,58	4,08	7,58	85,0
Обед						
7	Свекольник со сметаной и яйцом	150	1,440	2,785	7,312	58,249
8	Плов из птицы	120	11,34	9,57	20,07	211,50
9	Компот из с/фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75
10	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
11	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	510	20,915	19,992	62,69	471,047
Уплотнённый полдник						
12	Запеканка рыбная	140	11,4	9,42	17,65	202,0
13	Салат «Агенчык»	40	0,71	3,64	2,64	45,92
14	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
15	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
16	вафля	20	0,52	0,68	18,6	107
17	Свежий фрукт	75	0,3	0,3	7,35	33,0
	ИТОГО	445	14,47	14,27	56,65	437,08
	Всего за день:	1460	56,29	54,65	188,164	1356,437

**Меню на 13 апреля 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Среда**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводо ды, г	
Завтрак						
1	Каша пшеничная молочная	205	4,4	4,06	26,99	162,0
2	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
3	сыр	10	2,32	2,95	-	36,0
4	Яйцо вар.1/2	20	2,54	2,3	0,14	31,5
5	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,41	3	18,67	110,59
	ИТОГО	455	19,26	18,93	76,382	476,09
2 завтрак						
6	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,0
	ИТОГО	180	5,48	4,88	9,07	102,0
Обед						
7	Свекольник со сметаной и яйцом	200	1,92	3,7	9,7	77,67
8	Плов из птицы	180	17,01	14,35	30,10	317,25
9	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
10	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
11	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	ИТОГО	650	24,602	28,288	80,508	654,13
Уплотнённый полдник						
13	Запеканка рыбная	180	12,04	11,21	23,35	236,66
14	Салат «Агенчык»	40	0,71	3,64	2,64	45,92
15	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
16	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
17	вафля	24	0,52	0,68	18,6	77,96
18	Свежий фрукт	100	0,46	0,51	14,7	47,0
	ИТОГО	544	15,27	16,27	69,7	456,96
	Всего за день:	1829	59,857	60,652	242,46	1689,08