

**Меню на 21 апреля 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)
Четверг**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
Завтрак						
1	Суп молочный с вермишелью	150	4,3	3,9	14,13	96,4
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	365	12,677	15,184	61,11	305,94
2 завтрак						
6	Сок фруктовый промышленного производства	150	0,73	0,16	14,97	72,0
	ИТОГО	150	0,73	0,16	14,97	72,0
Обед						
7	С-т «Зимний»	40	0,498	2,646	4,493	42,65
8	Рассольник «Ленинградский»	150	1,3	3,07	9,99	72,9
9	Голубцы ленивые	120	10,61	6,81	15,04	164,0
10	Соус сметанный	30	0,25	1,5	1,8	22,5
11	Компот из с/фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75
12	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
13	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	570	17,766	13,566	78,72	503,35
Уплотнённый полдник						
14	Сырники творожные, запечённые	150	27,99	19	16,78	350
15	Сгущенное молоко	20	1,0	1,7	11,2	64,1
16	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
17	Яблоко	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	420	29,66	21,13	37,85	457,7
	Всего за день:	1505	60,83	50,03	192,65	1339,15

**Меню на 21 апреля 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Четверг**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
Завтрак						
1	Суп молочный с вермишелью	200	5,75	5,21	18,84	145,2
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	3,4	2,99	18,67	110,59
	ИТОГО	425	14,027	15,334	69,44	459,29
2 завтрак						
6	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	ИТОГО	180	0,74	0,17	17,0	86,4
Обед						
7	Салат «зимний»	50	0,62	3,56	1,75	41,09
8	Рассольник «Ленинградский»	200	1,74	4,09	13,32	97,2
9	сметана	11	0,28	1,65	0,036	17,6
10	Голубцы ленивые	120	10,61	6,81	15,04	164,0
11	Соус сметан. томатом	30	0,368	2,46	1,977	31,085
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	670	18,118	15,542	78,757	610,175
Уплотнённый полдник						
15	Сырники творожные, запечённые	150	27,99	19	16,78	350
16	Сгущенное молоко	20	1,0	1,7	11,2	64,1
17	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
18	Фрукт/яблоко	100	0,31	0,34	9,8	47,0
	ИТОГО	450	29,66	21,13	37,85	463,6
	Всего за день:	1725	62,55	52,17	202,02	1619,47