

**Меню на 22 апреля 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)
Пятница**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	

завтрак

	Каша овсяная (геркулес) молочная	155	2,85	5,01	14,29	114,0
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	сыр	5	1,16	1,5	-	18,0
	Кофейный напиток злак.на молоке	150	2,837	2,474	15,57	92,004
	ИТОГО	330	7,84	14,96	66,32	292,18

2-ой завтрак

	Сок фруктовый промышленного производства	150	0,73	0,16	14,97	72,0
	ИТОГО	150	0,73	0,16	14,97	72,0

Обед

	С-т из кв.капусты и кукуруз	40	0,255	1,292	0,959	32,04
	Суп картофельный с крупой	150	1,74	0,27	11,43	54,9
	Котлеты,рубленные из птицы	70	11,64	13,14	13,46	223
	Картоф.пюре	120	2,45	3,84	16,35	109,80
	Компот из с/фруктов	150	0,27	0,08	21,37	81,91
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	590	19,635	19,332	87,049	618,24

Уплотненный полдник

	Макароны запеченные с яйцом	130	5,6	9,9	27,4	214,4
	Икра кабачковая	40	0,416	2,9	2,9	41,6
	Булочка с крошкой	50	3,82	8,68	32,98	217,06
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	фрукт	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	490	13,266	24,57	93	563,26
	Всего за день:	1590	41,72	58,86	266,07	1545,6

**Меню на 22 апреля 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Пятница**

№	Наименование блюд	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
Завтрак						
	Каша овсяная (геркулес) молочная	205	3,79	5,48	19,03	141,0
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	сыр	10	2,32	2,95	-	36,0
	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,405	2,995	18,67	110,59
	ИТОГО	430	11,075	12,765	51,21	423,59
2 завтрак						
	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
		180	0,74	0,17	17,0	86,4
Обед						
	С-т из кв.капусты и кукуруз	50	0,24	3,42	2,22	40,05
	Суп картофельный с крупой	200	1,74	0,27	11,43	73,2
	Котлеты, рубленные из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
	Картоф.пюре	140	2,86	4,48	10,07	128,1
	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	ИТОГО	740	19,111	24,799	90,076	828,56
Уплотнённый полдник						
	Макароны запеченные с яйцом	160	7,18	12,42	36,91	278,9
	Икра кабачковая	50	0,76	3,56	3,08	48,5
	Булочка с крошкой	60	4,67	10,68	38,68	259,85
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,0
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	ИТОГО	550	13,41	27,16	88,55	633,75
	Всего за день:	1860	44,33	64,89	245,81	1973,3