

**Меню на 23 июня 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	
<b>Завтрак</b>						
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	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,4	2,99	18,67	110,59
	<b>ИТОГО</b>	<b>425</b>	<b>14,027</b>	<b>15,334</b>	<b>69,44</b>	<b>459,29</b>
<b>2 завтрак</b>						
5	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	<b>ИТОГО</b>	<b>180</b>	<b>0,74</b>	<b>0,17</b>	<b>17,0</b>	<b>86,4</b>
<b>Обед</b>						
6	Рассольник «Ленинградский»	200	1,74	4,09	13,32	97,2
7	сметана	11	0,28	1,65	0,036	17,6
8	Голубцы ленивые	120	10,61	6,81	15,04	164,0
9	Соус сметан. томатом	30	0,368	2,46	1,977	31,085
10	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
11	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
12	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>670</b>	<b>18,118</b>	<b>15,542</b>	<b>78,757</b>	<b>610,175</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>						
13	Сырники творожные, запечённые	150	27,99	19	16,78	350
14	Сгущенное молоко	20	1,0	1,7	11,2	64,1
15	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
16	Фрукт/яблоко	100	0,31	0,34	9,8	47,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>450</b>	<b>29,66</b>	<b>21,13</b>	<b>37,85</b>	<b>463,6</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1725</b>	<b>62,55</b>	<b>52,17</b>	<b>202,02</b>	<b>1619,47</b>

