

# **Меню** **7 день .2024 год**

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
<b>Завтрак</b>	<b>3-7 лет</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>у</b>	<b>Э.ккал</b>	<b>1-3 года</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>у</b>	<b>Э.ккал</b>
Каша ячневая молочная с маслом сливочном	180/5	6,06	6,99	30,07	228,0	140/4	4,71	4,80	23,38	171,47
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным ,	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	25 /5	1,92	4,36	12,92	98,50
<b>Итого:</b>	<b>406</b>	<b>11,20</b>	<b>13,90</b>	<b>55,91</b>	<b>414,26</b>	<b>359</b>	<b>9,48</b>	<b>11,57</b>	<b>46,65</b>	<b>344,55</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Кисломолочный напиток (кефир,катык)	180	5,22	4,50	7,56	92,0	150	4,35	3,75	6,30	76,0
<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,50</b>	<b>7,56</b>	<b>92,00</b>	<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,30</b>	<b>76,00</b>
<b>Обед</b>										
Салат из моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,17	24,24	30	0,43	1,52	2,71	26,22
Суп картофельный с клецками на курин бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36	150	2,13	2,75	11,28	86,55
Тефтели куриные запеч. в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	40/20	4,98	5,17	5,89	90
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом слив	130/3	4,09	5,97	20,33	142,30	110/2	3,21	1,62	22,36	116,60
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14	150	0,12	0,12	20,91	85,98
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
<b>Итого:</b>	<b>673</b>	<b>17,85</b>	<b>17,48</b>	<b>89,34</b>	<b>588,73</b>	<b>547</b>	<b>13,17</b>	<b>10,14</b>	<b>76,99</b>	<b>464,39</b>
<b>Полдник</b>										
Гребешок с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	219	40	3,67	5,65	20,12	146
Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	6,68	31,38	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Фрукты свеж (апельсин.яблоки, банан)	120	1,08	0,24	9,72	51,60	120	1,08	0,24	9,72	51,60
<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>7,20</b>	<b>8,97</b>	<b>46,58</b>	<b>301,98</b>	<b>315</b>	<b>5,26</b>	<b>6,10</b>	<b>35,41</b>	<b>223,75</b>
<b>Всего:</b>	<b>1619</b>	<b>41,47</b>	<b>44,86</b>	<b>199,39</b>	<b>1426,61</b>	<b>1371</b>	<b>32,25</b>	<b>31,56</b>	<b>165,35</b>	<b>1108,59</b>

