

**Меню**  
**8 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 манная молочная с маслом сливочным                                     | 180/5          | 5,47             | 6,75         | 29,10         | 199,50                  | 140/3           | 4,24             | 4,60         | 22,61         | 149,26                  |
| Какао с молоком   | 180/6          | 3,67             | 3,19         | 10,87         | 90,78                   | 180/6           | 3,67             | 3,19         | 10,87         | 90,78                   |
| Бутерброд с маслом сливочным  | 30/5           | 2,29             | 4,5          | 15,49         | 111,60                  | 25/5            | 1,92             | 4,36         | 12,92         | 98,50                   |
|   |                |                  |              |               |                         |                 |                  |              |               |                         |
| <b>Итого:</b>   | <b>406</b>     | <b>11,43</b>     | <b>14,44</b> | <b>55,46</b>  | <b>401,96</b>           | <b>359</b>      | <b>9,82</b>      | <b>12,14</b> | <b>46,40</b>  | <b>358,54</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>   |                |                  |              |               |                         |                 |                  |              |               |                         |
| СОК (нектар) в инд упаковке   | 200            | 1,0              |              | 20,20         | 84,44                   | 200             | 1,0              |              | 20,20         | 84,44                   |
|   |                |                  |              |               |                         |                 |                  |              |               |                         |
| <b>Итого:</b>   | <b>200</b>     | <b>1,0</b>       |              | <b>20,20</b>  | <b>84,44</b>            | <b>200</b>      | <b>1,0</b>       |              | <b>20,20</b>  | <b>84,44</b>            |
| <b>Обед</b>   |                |                  |              |               |                         |                 |                  |              |               |                         |
| Винегрет овощной  | 60             | 0,84             | 6,02         | 4,37          | 75,06                   | 40              | 0,56             | 4,02         | 2,92          | 50,04                   |
| Щи со свежей капустой с картофелем , с мясными фрикадельками,,со сметаной . | 180/10/7       | 3,45             | 5,79         | 6,02          | 95,57                   | 150/10/5        | 3,18             | 4,89         | 5,00          | 81,56                   |
| Биточки рубленые из рыбы  | 80             | 9,76             | 6,21         | 11,74         | 142,4                   | 50              | 6,10             | 3,88         | 7,34          | 89,00                   |
| Пюре картофельное   | 140            | 2,86             | 4,48         | 19,08         | 128,10                  | 120             | 2,45             | 3,84         | 16,35         | 109,80                  |
| Компот из урюка   | 180            | 0,40             | 0,02         | 16,60         | 68,20                   | 150             | 0,35             | 0,02         | 13,83         | 56,83                   |
| Хлеб ржаной   | 45             | 2,97             | 0,54         | 17,84         | 89,19                   | 35              | 2,31             | 0,42         | 13,85         | 69,23                   |
| <b>Итого:</b>   | <b>702</b>     | <b>20,28</b>     | <b>23,06</b> | <b>75,64</b>  | <b>598,52</b>           | <b>550</b>      | <b>14,95</b>     | <b>17,07</b> | <b>59,28</b>  | <b>456,40</b>           |
| <b>Полдник</b>  |                |                  |              |               |                         |                 |                  |              |               |                         |
| Омлет натуральный   | 150            | 13,94            | 24,83        | 2,64          | 289,66                  | 130             | 12,08            | 21,52        | 2,29          | 251,03                  |
| Чай с сахаром   | 180/6          | 0,06             | 0,02         | 6,02          | 24,10                   | 150/5           | 0,05             | 0,02         | 5,02          | 20,08                   |
| Хлеб пшеничный  | 30             | 2,28             | 0,24         | 14,77         | 70,57                   | 25              | 1,90             | 0,20         | 12,30         | 58,75                   |
| <b>Итого:</b>   | <b>366</b>     | <b>16,29</b>     | <b>25,09</b> | <b>23,43</b>  | <b>384,33</b>           | <b>310</b>      | <b>14,03</b>     | <b>21,74</b> | <b>19,61</b>  | <b>329,86</b>           |
| <b>ВСЕГО:</b>   | <b>1674</b>    | <b>49,00</b>     | <b>62,58</b> | <b>174,74</b> | <b>1469,25</b>          | <b>1429</b>     | <b>39,51</b>     | <b>50,94</b> | <b>145,49</b> | <b>1209,30</b>          |

