

## Меню 10 день

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		б	ж	у			б	ж	у	
<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 Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66
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	4,5	15,49	111,60	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
<b>Итого:</b>	<b>406</b>	<b>12,6</b>	<b>16,43</b>	<b>59,67</b>	<b>438,17</b>	<b>359</b>	<b>10,56</b>	<b>13,05</b>	<b>49,56</b>	<b>358,74</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Сок разливной	200	1,00		20,20	84	200	1,00		20,20	84
<b>(Нектар)</b>										
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84</b>
<b>Обед</b>										
Огурцы свежие (порционно)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	40	0,28	0,04	0,76	4,80
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,62	3,4	8,34	77,80	150	1,54	3,33	6,97	69,45
Биточки "Домашние"	70	10,38	8,10	14,95	154,75	50	7,41	5,79	10,68	110,54
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,13	2,18	31,72	161,79	110/3	2,66	4,62	27,55	162,47
Компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108	150	0,29	0,10	21,77	89,96
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
<b>Итого:</b>	<b>667</b>	<b>18,87</b>	<b>14,79</b>	<b>100,18</b>	<b>598,73</b>	<b>538</b>	<b>14,48</b>	<b>14,30</b>	<b>81,58</b>	<b>506,45</b>
<b>Полдник</b>										
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38	150/5	0,50	0,21	5,57	26,15
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,20	20,06	32,78	408,20	110/20	20,73	16,98	29,49	353,40
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,8	20	1,50	1,96	14,88	83,40
<b>Итого:</b>	<b>376</b>	<b>27,81</b>	<b>24,23</b>	<b>69,22</b>	<b>606,38</b>	<b>305</b>	<b>22,73</b>	<b>19,15</b>	<b>49,94</b>	<b>462,95</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>1649</b>	<b>60,29</b>	<b>55,45</b>	<b>249,27</b>	<b>1727,72</b>	<b>1402</b>	<b>48,77</b>	<b>46,50</b>	<b>201,28</b>	<b>1412,58</b>

