

**Меню  
 4 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 сыром, маслом сливочным	30/5/ 5	3,61	5,83	15,49	128,77	25/5/ 5	2,53	5,69	12,92	115,67
<b>Итого:</b>	<b>411</b>	<b>13,92</b>	<b>17,76</b>	<b>59,67</b>	<b>455,26</b>	<b>364</b>	<b>11,17</b>	<b>14,83</b>	<b>49,56</b>	<b>375,91</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Сок (Нектар)	200	1,00		20,20	84,44	200	1,00		20,20	84,44
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,44</b>
<b>Обед</b>										
Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,6	4,55	21,80	40	0,53	0,04	3,03	14,53
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне	180	3,95	3,79	11,91	106,74	150	3,29	3,16	9,92	88,95
Фрикадельки из птицы	80	11,24	10,07	7,04	164,00	60	8,43	7,55	5,28	123,00
Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86	120	2,02	12,56	9,83	162,29
Компот из урюка	180	0,40	0,02	16,60	68,20	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,20	12,30	58,75	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>23,78</b>	<b>30,38</b>	<b>82,52</b>	<b>711,54</b>	<b>575</b>	<b>18,45</b>	<b>23,91</b>	<b>65,58</b>	<b>561,83</b>
<b>Полдник</b>										
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	150/5	0,053	0,015	5,02	20,08
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Фрукты свежие	120	1,08	0,24	9,72	51,60	120	1,08	0,24	9,72	51,60
Хлеб пшеничный										
<b>Итого:</b>	<b>456</b>	<b>15,08</b>	<b>25,09</b>	<b>18,38</b>	<b>365,36</b>	<b>430</b>	<b>15,11</b>	<b>21,98</b>	<b>29,33</b>	<b>381,46</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1787</b>	<b>53,79</b>	<b>73,23</b>	<b>180,77</b>	<b>1616,60</b>	<b>1569</b>	<b>45,74</b>	<b>60,26</b>	<b>164,67</b>	<b>1403,64</b>