

Меню
5 день

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		б	ж	у			б	ж	у	
Завтрак	3-7 лет	б	ж	у	Э.ккал	1-3 года	б	ж	у	Э.ккал
Суп молочный со звездочками	200	5,75	5,21	16,83	132,40	180	5,18	4,69	15,15	119,16
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого:	421	11,71	12,90	48,14	350,82	396	10,76	12,23	43,89	324,40
2-ой завтрак										
Кисломолочный напиток	180/3	5,22	4,50	10,19	102,00	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00
Итого:	183	5,22	4,50	10,19	102,00	152	4,35	3,75	8,00	83,00
Обед										
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,66	5,01	56,34	40	0,57	2,44	3,34	37,56
Рассольник домашний, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	110,15	150/10/5	3,38	4,98	7,87	96,41
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99	130/20	9,93	8,14	23,31	206,57
Компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,20	108,00	150	0,29	0,10	21,77	89,96
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	660	25,70	28,75	79,98	681,67	545	16,81	16,14	72,13	509,70
Полдник										
Ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404,00	130	15,98	9,50	50,58	350,13
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Итого:	343	18,57	10,99	64,59	430,48	290	2,00	0,22	17,48	80,53
ВСЕГО:	1607	61,20	57,14	202,90	1564,97	1383	33,92	32,34	141,50	997,63