

Меню 6 день

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Завтрак	3-7 лет	б	ж	у	Э.ккал	1-3 года	б	ж	у	Э.ккал
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44	140/4	3,84	3,06	19,47	123,94
Чай с молоком, сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	180\6	3,03	2,40	10,48	75,76
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
Итого:	411	11,83	15,01	50,92	401,97	365	9,40	11,15	42,87	315,37
2-ой завтрак										
Сок (Нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого:	200	1,00	0,00	20,20	84,44	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед										
Морковная икра	50	1,01	0,05	10,28	45,60	30	0,60	0,03	6,17	27,36
Суп из овощей на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	180/10/7	3,67	6,50	6,87	106,12	150/10/5	3,42	5,60	5,70	91,45
Котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72	50	6,41	3,41	5,58	72,63
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01	110/2	2,65	1,77	25,86	134,03
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	16,81	71,52	150	0,50	0,07	14,00	60
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,85	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого:	775	20,77	17,29	101,98	653,16	642	16,30	11,69	80,96	501,70
Полдник										
Чай с мармеладом	160/10			19,32	72,89	160/10			19,32	72,89
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,80	130	8,80	10,35	22,17	217,36
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого:	350	12,43	11,94	44,90	323,69	325	10,70	10,35	41,49	290,25
ВСЕГО:	1736	46,03	44,23	218,86	1463,26	1532	37,40	33,19	185,52	1191,76

