

Меню 7 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 ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	228,00	140/3	4,71	4,80	23,38	171,47
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	4,50	15,49	111,68	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого:	406	11,20	13,90	55,91	414,26	359	9,48	11,57	46,65	344,55
2-ой завтрак										
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	92	150	4,35	3,75	6,30	76
Итого:	180	5,22	4,50	7,56	92	150	4,35	3,75	6,30	76
Обед										
Салат с картофелем с зеленым горошком	60	1,18	3,15	5,87	56,52	40	0,78	2,09	3,91	37,68
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36	150	2,13	2,75	11,28	86,55
Тефтели куриные запеченные в сметано-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	40/20	4,98	5,17	5,89	90
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	4,09	5,97	20,33	142,30	110/2	3,21	1,62	22,36	116,60
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,58	69,23
Итого:	673	18,38	20,52	90,04	621,01	547	13,53	12,16	78,19	486,01
Полдник										
Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	6,68	31,38	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Гребешок с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	219,00	40	3,76	5,56	20,12	146
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого:	360	6,60	9,21	48,62	306,78	315	4,66	6,34	37,45	228,55
Всего:	1619	41,47	48,14	202,13	1434,05	1371	32,01	33,82	168,59	1135,11

