

Меню
9 день

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | б | ж | у | | | Э.ккал | б | ж | |
| Завтрак | 3-7 лет | б | ж | у | Э.ккал | 1-3 года | б | ж | у | Э.ккал |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180/3 | 7,73 | 5,60 | 39,81 | 241,16 | 140/3 | 6,02 | 4,84 | 30,97 | 191,96 |
| 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: | 409 | 14,37 | 13,83 | 65,78 | 445,69 | 364 | 11,58 | 12,93 | 54,37 | 383,37 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный напиток | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,80 | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,30 | 76,00 |
| Итого: | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,80 | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,30 | 76,00 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из сежей капусты с Морковью | 60 | 1,56 | 4,43 | 1,94 | 53,88 | 40 | 1,04 | 2,95 | 1,29 | 35,92 |
| Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной | 180/7 | 2,99 | 8,01 | 25,60 | 198,54 | 150/6 | 2,51 | 6,73 | 21,51 | 166,84 |
| Гуляш из отварной говядины | 40/40 | 10,69 | 11,26 | 2,62 | 131,20 | 30/30 | 8,02 | 8,45 | 1,96 | 98,40 |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 3,92 | 3,36 | 27,64 | 145,06 | 110 | 3,12 | 3,27 | 23,42 | 101,42 |
| Кисель | 180 | 0,54 | 0,09 | 16,18 | 75,24 | 150 | 0,45 | 0,08 | 13,5 | 63 |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,85 | 69,23 |
| Итого: | 682 | 22,67 | 27,69 | 91,82 | 693,11 | 551 | 17,45 | 21,09 | 75,53 | 534,51 |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| 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 |
| Слойка сладкая | 35 | 2,95 | 3,36 | 14,64 | 123,78 | 35 | 2,95 | 3,36 | 14,64 | 123,78 |
| Фрукты свежие | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 95,00 |
| Итого: | 328 | 4,58 | 3,89 | 41,87 | 245,26 | 295 | 4,55 | 3,88 | 40,82 | 240,56 |
| ВСЕГО: | 1599 | 46,85 | 49,91 | 207,02 | 1476,06 | 1360 | 37,94 | 42,46 | 177,02 | 1234,46 |

