

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

