



Дети с 1-3 лет						
Меню №7						
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
		Б	Ж	У		
Завтрак						
каша ячневая мол/мас слив	140/3	5,08	4,78	27,39	173,76	
кофейный напиток	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	
бутерброд с маслом слив/сыр	25//10//5	4,55	7,02	12,92	132,83	
Итого за завтрак		12,49	14,21	46,29	349,26	
2-ой Завтрак						
фрук свежий	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за 2-ой завтрак		0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
салат из свеклы/масло раст	40	0,57	2,44	3,34	37,56	
суп картофельный с клецками на бульоне индейки	150	2,13	2,75	11,28	86,55	
гуляш из отварной индейки	30/30	10,16	60,5	2,04	102,23	
гороховое пюре	120/3	7,43	3,56	22,43	150,6	
компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	11	46,05	
хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,3	
Итого за обед		22,72	15,34	63,95	492,29	
Полдник						
кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	75	
кондитерское изделие	35	4,2	2,06	26,25	128,1	
Итого за полдник		8,55	5,81	32,25	203,1	
Ужин						
рыба, тушеная с овощами	2	5,85	2,97	2,28	63	
рис отварной рассыпчатый/масло слив	110/2	2,66	4,62	27,55	162,47	
чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,1	0,02	5,17	21,78	
Итого за ужин		8,61	7,62	35	247,25	
Итого за день		52,76	43,38	187,29	1338,91	

Дети с 3-7 лет						
Меню №7						
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	
		Б	Ж	У		
Завтрак						
каша ячневая мол/мас слив	180/3	6,54	6,15	35,21		223,41
кофейный напиток	180/6	2,85	2,41	5,99		42,67
бутерброд с маслом слив/сыр	30/10/5	4,93	7,16	15,49		146,1
Итого за завтрак		14,32	15,72	56,69		412,18
2-ой Завтрак						
фрук свежий	100	0,4	0,4	9,8		47
Итого за 2-ой завтрак		0,4	0,4	9,8		47
Обед						
салат из свеклы/масло раст	60	0,85	3,66	5,01		56,34
суп картофельный с клецками на бульоне индейки	180	3,05	3,76	15,7		120,08
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72		136,31
гороховое пюре	140/3	8,66	3,79	26,2		172,4
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	13,2		55,26
хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82		89,1
хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3		58,75
Итого за обед		31,12	20,17	92,95		688,24
Полдник						
кисломолочный продукт	180	5,22	4,5	7,2		90
кондитерское изделие	35	4,2	2,06	26,25		128,1
Итого за полдник		9,42	6,56	33,45		218,1
Ужин						
рыба, тушеная с овощами	40/20	5,85	2,97	2,28		63
рис отварной рассыпчатый/масло слив	130/2	3,14	5,46	32,56		192,01
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23		26,48
Итого за ужин		9,12	8,46	41,07		281,49
Итого за день		64,38	51,31	233,96		1647,01