

МЕНЮ

День 17 (вторник)		С 1,5 до 3 лет					С 3 до 7 лет					№ карты, рецептуры
		Выход	Пищевая ценность			Энерг-я ценность	Выход	Пищевая ценность			Энерг-я ценность	
			Белки	Жиры	Угле воды			Белки	Жиры	Угле воды		
		граммы			ккал	граммы			ккал			
Завтрак	Бутерброд с маслом	30/5	1,8	5,6	10,96 4	110	40/5	2,7	8,02	11	136	18, 1
	Макароны отварные с сыром	130/7	5,25	5,89	23,92	172,67	150/9	7,88	8,83	35,88	259	119, 204
	Кофейный напиток с молоком	150	1,08	1,08	11,67	76,67	180	1,08	1,08	11,67	76,67	5, 395
Итого		322	8,13	12,57	46,55	359,34	384	11,66	17,93	58,55	471,67	
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	11,3	45	100	0,4	0,4	11,3	45	14, 458
Обед	Огурец соленый (промышленного пр-ва)	30	0,36	0,05	1,13	6,3	50	0,48	0,06	1,5	8,4	116, 70
	Свекольник с мясом и со сметаной	150/5	6,85	6,21	11,03	187,5	180/7	7,28	5,8	21,06	196,3	37, 34
	Тефтели мясные	50	6,41	6,78	5,22	107,5	70	8,98	9,49	7,31	150,5	94, 174
	Картофельное пюре	100	4,1	4,5	28,5	129,1	140	5,6	4,6	30,4	139,5	63, 206
	Компот из сухофруктов	150	1,8	0	25,3	82	180	2,1	0	28,56	108	8, 241
	Хлеб ржаной	40	3,1	0,51	19,3	61	50	3,3	0,6	22,17	79,5	
Итого		525	22,62	18,05	90,48	513,01	667	27,74	20,59	111	682,2	
Полдник	Вареники ленивые с молочным соусом	130/20	14,26	6,98	28,11	238,3	150/20	15,452	12,2	32,58	320,8	87, 354
	Напиток йогуртовый	150	5,2	5,7	8,2	126,2	180	5,86	6,1	8,1	144,07	7, 251
Итого		300	19,46	12,68	36,31	364,5	350	21,312	18,3	40,68	464,87	
Всего за день			50,61	43,70	184,6	1281,8		61,112	57,22	221,5	1663,7	
Объем за день		1247					1501					