

МЕНЮ

День 5 (пятница)		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	Углево-ды			Белки	Жиры	Углев-оды		
		граммы				ккал	граммы				ккал	
Завтрак	Бутерброд с маслом	30/5	1,8	5,6	10,964	110	40/5	2,7	8,02	11	136	18, 1
	Каша вязкая молочная «Дружба»	150/3	5,0	7,635	28,04	239	180/3	6,55	10,18	29,09	243	52, 84
	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	9,2	31	180	0,12	0, 06	13	49,23	1, 263, 264
Итого		338	6,84	13,255	48,204	380	408	9,37	18,26	53,09	428,23	
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,7	0,1	15,15	64	100	0,7	0,1	15,15	64	11, 206
Обед	Салат из отварной моркови с солёными огурцами	30	0,5	1,69	2,8	30,52	50	1	3,38	5,6	60	25, 21
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	4,61	3,75	11,3	96,43	180	5,62	5,2	14,52	130,56	38, 777
	Оладьи из печени, запечённые со сметаной	50/10	13,77	11,56	8,57	186,2	70/20	14,85	13,6	13,54	252,54	70, 94
	Горошница	90	10,25	3,2	26,68	198,5	130	13,3	6,03	46,75	325	71, 211
	Компот из свежих яблок и лимона	150	1,18	0,22	21,8	94	180	0,2	0,25	25,35	104,07	16, 57
	Хлеб ржаной	40	3,1	0,51	19,3	61	50	3,3	0,6	22,17	79,5	
Итого		520	33,41	20,93	90,45	666,65	680	38,27	29,06	127,93	951,67	
Полдник	Пудинг манный с кисельной заливкой	100/20	4,6	5,86	42,36	235	130/30	5,25	8,79	62,13	350	72, 195
	Чай с молоком	150	1,26	1,44	15,6	93,38	180	1,4	1,6	16,34	106,2	2, 394
	Конфета	11	0,407	1,782	8,01	49,95	11	1,407	1,782	8,01	48,95	
Итого		281	6267	9,082	65,97	378,33	351	8,057	12,172	86,48	505,015	
Всего за день			47,217	43,367	219,774	1488,98		56,39	59,59	282,65	1949,05	
Объем за день		1239					1539					