

МЕНЮ

День 9 (четверг)		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	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		граммы				ккал	граммы				ккал	
	Бутерброд с маслом	30/5	1,8	5,6	10,964	110	40/5	2,7	8,02	11	136	18, 1
	Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	6,53	6,02	25,68	134,43	180/3	7,44	8,07	26,75	243,92	55, 317
	Какао с молоком	150	2,95	3,19	20,2	109,4	180	3,3	3,7	21,4	130	4, 248
Итого		338	11,28	14,27	56,84	353,8	408	13,44	19,79	59,15	509,9	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	100	0,75	0	20,56	79,005	100	0,75	0	20,56	79,005	13, 206
Обед	Салат из отварной моркови с чесноком	30	0,52	3,79	2,37	42	50	1,04	7,58	4,74	84	32, 9
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы и гренками	150/10/5	4,3	3,9	17,51	105,6	80/15/10	6,5	5,2	22,09	150	47, 36
	Печень говяжья по-строгановски	40/10	20,93	20,36	4,02	284,3	60/20	22,85	20,89	6,78	351	89, 104
	Каша гречневая рассыпчатая	100	7,73	5,27	31,6	219,1	130	13,3	6,24	41	272	48, 186
	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		535	39,13	33,83	120,66	873	695	49,84	40,51	145,9	1123,5	
Полдник	Рыба, припущенная в молоке	60	4,18	4,1	12,18	84,6	80	4,24	6,2	16,26	112,8	90, 137
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,09	0	12,42	54,9	180	0,1	0	13,8	54	3, 200, 264
	Булочка домашняя	50	4,65	5,3	23,94	143,2	70	6,25	9,63	34,2	180,2	98, 274
Итого		260	8,92	9,4	48,54	282,7	330	10,59	15,83	64,26	347	
Всего за день			76,05	57,5	226,044	1509,5		73,87	76,13	269,31	1980,4	
Объем за день		1233					1533					