МЕНЮ НА 16.02.2024

		1,5 - 3 года					3 - 7 лет				
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак											
216	Омлет натуральный с сыром, запеченный	130	6,9	12,7	1,1	148,00	150	10,6	19,5	2,0	228,00
	Дополнительный гарнир: икра кабачковая	20	0,3	1,1	1,3	15,73	25	0,37	1,37	1,62	19,66
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	30	2,9	1,01	15,60	79,10
394	Чай с молоком с сахаром	150	1,1	1,2	9,3	53,20	180	1,5	1,7	12,1	65,5
	Апельсин	100	0,3	0,1	3	15,20	100	0,5	0,2	6,0	30,40
Завтрак2											
10-00	Сок фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	100	0,1		10,3	42,00
Обед											
20	Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,56	2,03	5,6	35,20	60	0,84	3,1	8,4	48,75
139 (с)	Суп картофельный с фасолью, с мясом	160	5,1	4,6	10,2	92,80	200	6,1	5,8	13,0	118,00
258	Шницель рыбный натуральный (лосось)	60	4,8	2,1	5,7	76,52	80	5,8	2,5	6,70	90,2
284 с	Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом	120	2,7	7,1	6,3	130,60	130	2,9	7,8	6,9	143,7
376	Компот из плодов сухих (изюм)	150	0,5	0,1	19,9	84,20	180	0,70	0,2	25,1	106,50
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	25	1,47	0,45	13,11	59,63
Полдник											

738	Пирожок печеный с рисом и яйцом	60	4,0	2,9	30,4	158,60	70	4,7	3,1	35,4	185,0
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	170	4,3	4,8	7,1	90,00	180	5,6	5,2	8,5	109,00
Ужин											
13	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	0,2	2,9	1,0	30,60	60	0,3	4,4	1,6	45,97
	Оладьи из печени	60	6,3	7,1	5,8	108,60	80	7,4	8,2	6,8	126,70
354	Соус сметанный	15	0,2	0,9	1,2	16,1	30	0,4	1,8	3,2	32,8
317	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,5	18,6	150,00	120	4,2	5,4	22,3	180,66
392	Чай с сахаром	150/7	1,0	1,2	9,2	52,40	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	25	1,47	0,45	13,11	59,63
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГИТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ, (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1.5-3 лет и 3-7 лет			**Б**	**Ж**	**У**	**Энерге-тическая ценность (ккал)**		**Б**	**Ж**	**У**	**Энерге-тическая ценность (ккал)**
			58,0	**73,5**	**192,2**	**1720,7**		**68,6**	**88,6**	**241,1**	**2076,4**