МЕНЮ НА 6.02.2024

		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											
237	Запеканка из творога	110	11,3	9,5	8,5	188,00	130	15,1	12,6	11,3	250,60
360	Соус смородиновый	20	0,15	0,1	12,1	61,50	25	0,18	0,12	15,12	76,87
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	30	2,9	1,01	15,60	79,10
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	180	2,6	2,9	17,0	107,5
	Груша	100	1,3	0,4	20	94,00	100	1,3	0,4	20	94,00
Завтрак2											
10-00	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	100	0,5	0,1	10,1	43,00
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
278	Бефстроганов из отварного мяса	60	11,2	5,3	2,7	105,40	80	13,1	6,2	3,2	123,60
87	Суп рыбный (с пшеном)	150	4,9	2,8	10,6	105,70	200	6,5	3,7	14,1	140,93
165	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	110	4,1	5,2	21,5	193,83	130	4,8	6,1	23,3	231,98
699 с.	Напиток лимонный	150	0,1	0	20,7	85,90	180	0,12	0,00	24,8	103,60
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	25	1,47	0,45	13,11	59,63
Полдник											
	Вафли	45	2,1	4,2	46,2	165,80	45	2,1	4,2	46,2	165,80
401	Биокефир	170	4,8	4,6	7,2	117,80	180	5,0	4,8	7,6	124,30
Ужин											

13	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	0,2	2,9	1	30,60	60	0,3	4,4	1,6	45,97
304	Плов с птицей	150	10,5	14,8	19,6	265,00	180	12,6	17,8	23,5	318,00
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	20	1,5	0,54	9,7	48,64
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	180	1,5	1,6	12,1	64,20

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет и 3-7 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**		**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**
	Б	**Ж**	**У**			**Б**	**Ж**	**У**	
	66,9	**65,1**	**267,6**	**2093,7**		**84,0**	**81,7**	**330,2**	**2601,1**