

МЕНЮ с 1 года до 3 лет и с 3-7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
150	Суп молочный с крупой(ячневый). <i>молоко с м.ж 2,5%, крупа ячневая, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-14		101
215	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-45, Угл-11		410
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		6
Итого за Завтрак		ЭЦ-255, Бел-7, Жир-8, Угл-39		
Завтрак 2				
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-68, Угл-10		
Обед				
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12		88
60	Гуляш из отварного мяса. <i>свинина, морковь, лук репчатый, томат, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта</i>	ЭЦ-167, Бел-14, Жир-11, Угл-3		293
120	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом. <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-195, Бел-7, Жир-2, Угл-31		330
50	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-125, Угл-33		70
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-757, Бел-26, Жир-15, Угл-123		
Полдник				
40	Яйцо вареное	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		227
80	Капуста тушеная. <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-64, Бел-2, Жир-3, Угл-8		143
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Чай с сахаром и лимоном <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-37, Угл-9		412
Итого за Полдник		ЭЦ-211, Бел-8, Жир-8, Угл-27		
Итого за день		ЭЦ-1 290, Бел-41, Жир-31, Угл-198		272-63



Подпись

М.П. Подпись
М.П.

