

# МЕНЮ с 1 года до 3 лет и с 3-7 лет

| Выход<br>(г)              | Наименование блюда                                                                                                                                                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания | Номер<br>рецептуры |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |                    |
| 150                       | <b>Каша жидкая молочная из манной крупы.</b><br><i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>                                            | ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23                                                   |                      | 181                |
| 205                       | <b>Какао с молоком.</b><br><i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>                                                                                                    | ЭЦ-122, Бел-4, Жир-4, Угл-18                                                   |                      | 416                |
| 30                        | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                           | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14                                                           |                      | 560                |
| 5                         | <b>Масло сливочное(порциями)</b>                                                                                                                                             | ЭЦ-33, Жир-4                                                                   |                      | 6                  |
| 10                        | <b>Сыр твердый (порциями).</b>                                                                                                                                               | ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3                                                            |                      | 7                  |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                                                                                              | ЭЦ-437, Бел-13, Жир-18, Угл-55                                                 |                      |                    |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |                    |
| 180                       | <b>Сок в асортименте</b>                                                                                                                                                     | ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18                                                           |                      | 418                |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                                                                                                                                              | ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18                                                           |                      |                    |
| <b>Обед</b>               |                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |                    |
| 180                       | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная</i> | ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6                                                     |                      | 88                 |
| 70                        | <b>Тефтели мясные с соусом (2-й вариант)</b><br><i>свинина, сметана, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, томат, крупа рисовая, масло сливочное</i>                   | ЭЦ-93, Бел-5, Жир-5, Угл-6                                                     |                      | 304                |
| 120                       | <b>Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом.</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>                                                                             | ЭЦ-177, Бел-5, Жир-4, Угл-31                                                   |                      | 330                |
| 50                        | <b>Салат из свеклы отварной.</b><br><i>свекла, масло растительное.</i>                                                                                                       | ЭЦ-47, Бел-1, Жир-3, Угл-4                                                     |                      | 34                 |
| 180                       | <b>Компот из сушеных фруктов.</b><br><i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>                                                                                             | ЭЦ-102, Угл-25                                                                 |                      | 394                |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                           | ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9                                                            |                      | 560                |
| 20                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                     | ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9                                                            |                      | 527                |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                                                                                              | ЭЦ-576, Бел-15, Жир-16, Угл-91                                                 |                      |                    |
| <b>Полдник</b>            |                                                                                                                                                                              |                                                                                |                      |                    |
| 70                        | <b>Крендель сахарный.</b><br><i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная</i>                        | ЭЦ-259, Бел-5, Жир-9, Угл-39                                                   |                      | 443                |
| 180                       | <b>Кефир кисло-молочный напиток.</b>                                                                                                                                         | ЭЦ-162, Бел-9, Жир-8, Угл-13                                                   |                      | 386,01             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                                                                                                                              | ЭЦ-421, Бел-14, Жир-17, Угл-52                                                 |                      |                    |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                                                                                                                              | ЭЦ-1 509, Бел-43, Жир-51, Угл-216                                              | <b>272-63</b>        |                    |



Подпись

Подпись  
М.Н.

