



МЕНЮ
для организации питания детей от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Витамины С	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак	Каша манная молочная	200	4,08	4,35	14,88	119	0,82	
	чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	-	
	Батон йодированный	25	1,93	0,20	12,55	61	-	
	Масло сливочное 72,5% порционно	5	0,04	3,63	0,07	37,4	-	
	Сыр твердых сортов порционно	8	1,93	2,36	0,02	29	0,07	
	ИТОГО:	458	8,65	10,78	72,6	430,4	0,89	
2 завтрак	Напиток груши дичко	187			8,5	3,66	-	
	ИТОГО:	187			8,5	3,66		
обед	Нарезка из овощей по сезону: огурцы соленые	50	0,30	0,10	2,10	10	1,75	
	Суп «Крестьянский» с пшеном	200	1,86	4,08/	12,12	87,6	8	
	Зараза мясные с яйцом	90	8,5	11	9,10	171	-	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	0,2	
	Овощное рагу	130	1,90	4,5	10,60	91	8	
	Хлеб пшеничный	25	20,5	0,25	12,20	60	-	
	Хлеб ржаной	38	2,24	0,42	16,91	82	-	
	ИТОГО:	713	17,42	20,45	83,13	585,6	17,95	
полдник	Запеканка творожно рисовая со сметаной 15%	140/10	10,1	4,6	39,4	230	0,20,1	
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
	ИТОГО:	400	15,08	9,08	56,78	359	4,4	
	ВСЕГО за 2 день:	1758	41	15	4031	221	1378	17,99