



*[Handwritten signature]*

**МЕНЮ**

**Для детей 3 – 7 лет**

**День № 5**

| Прием пищи              | Наименование блюда                                             | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|                         |                                                                |                 | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>          | Каша рисовая молочная с сахаром и маслом слив.                 | 200             | 2,9                  | 4,95         | 36,2          | 201,25                         |
|                         | Кофейный напиток с молоком                                     | 180             | 2,9                  | 2,4          | 14,4          | 91                             |
|                         | Хлеб пшеничный                                                 | 40              | 2,68                 | 0,4          | 20,0          | 96                             |
|                         | Масло сливочное                                                | 7               | 0,03                 | 5,0          | 0,05          | 46,2                           |
|                         | <i>Итого</i>                                                   | 427             | <b>8,51</b>          | <b>12,75</b> | <b>70,65</b>  | <b>434,45</b>                  |
| <b>2 завтрак</b>        | Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания | 100,0           | 0,5                  | -            | 10,1          | 42,4                           |
|                         |                                                                | 100,0           | <b>0,5</b>           | <b>-</b>     | <b>10,1</b>   | <b>42,4</b>                    |
| <b>Обед</b>             | Салат из свеклы с морковью                                     | 50              | 0,5                  | 5            | 4,1           | 63,9                           |
|                         | Суп харчо                                                      | 200             | 4,2                  | 4,45         | 17,9          | 128,3                          |
|                         | Котлета из куриного мяса                                       | 70              | 13,1                 | 2,9          | 11,0          | 123,4                          |
|                         | Овощи тушеные в сметанном соусе                                | 150             | 3,0                  | 4,48         | 12,1          | 100,53                         |
|                         | Компот из яблок                                                | 180             | 0,14                 | 0,14         | 21,4          | 87,84                          |
|                         | Хлеб ржаной                                                    | 40              | 2,64                 | 0,48         | 13,6          | 68,2                           |
|                         | <i>Итого:</i>                                                  | 700             | <b>23,58</b>         | <b>17,45</b> | <b>80,1</b>   | <b>572,17</b>                  |
| <b>Полдник</b>          | Кисломолочный напиток                                          | 180             | 5,0                  | 5,7          | 7,2           | 101,0                          |
|                         | Хлеб пшеничный                                                 | 40              | 2,68                 | 0,28         | 20,12         | 96                             |
|                         | <i>Итого:</i>                                                  | 220             | <b>7,68</b>          | <b>5,98</b>  | <b>27,32</b>  | <b>197,0</b>                   |
| <b>Ужин:</b>            | Оладьи с повидлом                                              | 200/30          | 15,3                 | 14,19        | 93,1          | 559,1                          |
|                         | Чай без сахара                                                 | 180             | 0,07                 | 0,09         | 0,36          | 2,52                           |
|                         | <i>Итого:</i>                                                  | 410             | <b>15,37</b>         | <b>14,28</b> | <b>93,46</b>  | <b>561,62</b>                  |
| <b>Итого за V день:</b> |                                                                | 1847            | <b>55,64</b>         | <b>50,46</b> | <b>281,63</b> | <b>1807,64</b>                 |