



МЕНЮ

Для детей 3 – 7 лет

День № 9

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочн. вязкая	200	4,5	4,1	31,0	182
	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
	Итого:	427	10,11	11,91	65,45	415,2
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	Итого	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из моркови с сахаром	50	0,62	0,1	5,8	26,2
	Суп картофельный на курином бульоне	200	2,1	3,8	13,5	84,2
	Запеканка капустная с мясом	150	13,34	16,16	16,89	266
	Кисель	180	0,2	0,01	31,7	127,9
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	68,2
	Итого:	620	18,9	20,55	81,49	572,5
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179
		230	8,64	11,96	34,16	280
Ужин	Салат из белокочанной капусты	50	0,7	2,5	4,3	42,95
	Вареники ленивые	150	20,2	10,1	37,2	306,8
	Соус молочный сладкий	50	1,0	2,3	6,6	50,75
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0
	Итого:	430	21,9	14,9	60,1	448,5
Итого IX за день:		1797	60,27	53,72	255,3	1758,17