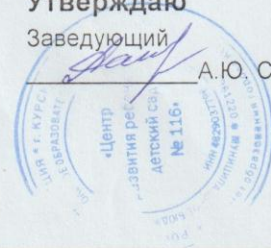


Утверждаю
Заведующий
А.Ю. Сирота



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,5	5,8	19,6	163,9	189
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	5,4	21,8	к/к
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,5	20,6	99,5	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,4	5,3	0,1	74,8	13
Итого за завтрак:		410	9	11,6	45,7	360	
II Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,5	0,1	9,9	90,0	442
Итого за II завтрак:		130	0,5	0,1	9,9	90,0	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	1,2	3,2	3,5	60,7	33
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,6	6,2	13,3	135,3	83
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,1	19,5	59,1	337,5	311
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0	0	5,2	21,8	к/к
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,7	0,5	21,3	74,7	
Итого за обед:		610	18,6	29,4	102,4	630	
Полдник	МАКАРОННИК	150	4,5	4,2	23,2	167,2	212
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	3,9	14,4	102,8	к-к
Итого за полдник:		330	7,2	8,1	37,6	270	
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	11,8	6,0	26,5	199,4	225
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,5	20,6	99,5	
	КЕФИР	180	4,6	3,9	7,2	102,4	435
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,5	0,5	10,9	48,7	
Итого за ужин:		470	19,9	10,9	65,2	450	
Итого за день:		1950	55,2	60,1	260,8	1800	

Утверждаю
Заведующий

А.Ю. Сирота

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА»	150	4,5	4,8	16,9	98,6	190
	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1	0	5,1	20,6	к/к
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,4	0,4	15,4	74,6	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0	4,3	0,1	59,8	13
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,6	3	0	26,4	14
Итого за завтрак:		368	7,6	12,5	37,5	280	
II Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	70	442
Итого за II завтрак:		100	0,5	0,1	9,9	70	
Обед	САЛАТ «СТЕПНОЙ» ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	30	1,7	0,7	11	62,6	30
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛУБНИКАМИ КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	4	6,3	15,3	118,6	92
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,3	2,2	16,5	97,3	323
	ПШЕНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	7,3	5,2	21,2	134,3	242
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0	0	4,7	17,4	к/к
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,4	17	59,8	
Итого за обед:		540	19,4	14,8	85,7	490	
Полдник	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	3,1	4,6	0,3	59,8	213
	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,2	3,7	7	75,6	434
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,4	0,4	15,4	74,6	
Итого за полдник:		220	8,7	8,7	22,7	210	
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	1,8	5	8,8	109,9	268
	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,6	4,6	17,8	104,7	351
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	11,6	98,4	433
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,4	0,4	9,3	37,0	
Итого за ужин:		445	7,9	12,6	47,5	350	
Итого за день:		1673	44,1	48,7	203,3	1400	