

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 1						
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,04	5,60	18,24	197,6
	Бутерброды с маслом	30	1,84	5,66	10,96	102
	Чай с лимоном	200/10/7	0,12	0,02	10,36	41,62
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	8,00	11,28	39,56	341,22
10:00	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО ЗА 10:00		100	0,40	0,40	9,80	47
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34
	Суп-харчо	180	5,72	6,77	8,78	148,98
	Жаркое по-домашнему	150	18,77	3,04	14,97	190,67
	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,02	27,76	113
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	30,52	14,56	85,51	649,99
ПОЛДНИК	Булочка "К чаю"	50	7,87	1,75	29,54	165
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	25
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,97	1,75	38,64	190
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1430	46,89	27,99	173,51	1228,21