

Удостоверение
Заведующий
детский
Е.Н.
3 – 7 ГОДА) 12-часовой

**Меню приготовленных блюд (ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 3 – 7 ГОДА) 12-часовой режим
пребывания**

Прием пищи	Наименование блюда	Мас са пор ции	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценнос ть (	Витам ин С	№ рецеп туры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	200	4,5	4,1	31,0	182	-	199
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91	-	414
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	Масло сливочное	7	0,03	5,0	0,05	46,2		6
	<i>Итого</i>	427	10,11	11,91	65,45	415,2		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
Обед	Икра свекольная	50	1,2	2,3	6,02	50,05	3,36..	55
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	2,1	5,4	13,8	114	9,7	82
	Тефтели из рыбы паровые	70	10,8	0,9	6,2	66,5	0,05	276
	Картофельное пюре	130	2,7	4,2	17,68	118,95	15,6	339
	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84	1,5	390
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6		
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0	-	
	<i>Итого:</i>	660	19,13	13,27	77,8	501,94	30,21	
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Булочка домашняя	70	5,1	8,8	37,7	250,1	-	
	<i>Итого :</i>	260	10,1	14,5	44,9	350,1	1,2	
Ужин:	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,7	3,64	4,5	43,9	16,2	21
	Котлета куриная	70	13,1	2,9	11,0	123,4	-	322
	Гречка отварная со слив. маслом	130	7,5	5,3	33,5	211,25	-	330
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	48	0,03	411
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2	-	
	<i>Итого:</i>	460	24,02	11,65	70,7	483,55	4,73	
Итого за XV день:		1907	63,9	51,33	268,95	1793,2	38,14	