

Меню 2 дня от 1,5 до 3 лет

Наименование блюда и продуктов	<i>Выход</i>	Белки	Жиры	Углеводы	<i>Энергетическая ценность</i>	<i>№ технологической карты</i>
<u>ЗАВТРАК</u>						
<i>Каша пшеничная</i>	150	<i>4,93</i>	<i>8,43</i>	<i>24,81</i>	196,1	№316
<i>Кофе с молоком</i>	150	<i>2,52</i>	<i>3,15</i>	<i>16,03</i>	100,68	№395
<i>Хлеб пшеничный со сливочным маслом</i>	25\5	<i>1,57</i>	<i>4,73</i>	<i>19,01</i>	89,90	№1
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
<i>Банан</i>	70	<i>1,61</i>	<i>-----</i>	<i>21,99</i>	93,89	№156
<u>ОБЕД</u>						
<i>Салат»Витаминный»</i>	40	<i>0,50</i>	<i>2,53</i>	<i>2,80</i>	40,17	№21
<i>Суп «Весенний» с яйцом</i>	150	<i>1,71</i>	<i>1,91</i>	<i>13,03</i>	74,74	№43
<i>Котлета мясная</i>	50	<i>14,73</i>	<i>6,04</i>	<i>35,73</i>	301,56	№107
<i>Капуста тушеная</i>	100	<i>6,78</i>	<i>1,78</i>	<i>0,46</i>	51,76	№50
<i>Яблочный компот</i>	150	<i>0,24</i>	<i>-----</i>	<i>24,01</i>	99,05	№206
<i>Хлеб ржаной</i>	40	<i>1,76</i>	<i>0,50</i>	<i>4,98</i>	125,9	№148
<u>ПОЛДНИК</u>						
<i>Молоко</i>	150	<i>4,2</i>	<i>4,8</i>	<i>7,02</i>	87,0	№400
<i>Пряник</i>	25	<i>1,25</i>	<i>3,15</i>	<i>10,01</i>	67,01	б/н
<u>УЖИН</u>						
<i>Греча отварная с маслом сливочным</i>	100\5	<i>1,98</i>	<i>3,55</i>	<i>11,43</i>	340,41	№67
<i>Гуляш мясной в молочно-сметанном соусе</i>	50	<i>10,58</i>	<i>8,68</i>	<i>-----</i>	78,90	№95
<i>Чай сладкий с лимоном</i>	150\5	<i>0,05</i>	<i>-----</i>	<i>12,13</i>	46,53	№137
<i>Хлеб пшеничный</i>	25	<i>2,92</i>	<i>0,46</i>	<i>16,84</i>	79,05	№147
ВСЕГО:		57,33	49,71	219,28	1872,65	

Меню 2 дня от 3 до 7 лет

Наименование блюда и продуктов	<i>Выход</i>	Белки	Жиры	Углеводы	<i>Энергетич. ценность</i>	<i>№ технологической карты</i>
<u>ЗАВТРАК</u>						
<i>Каша пшеничная</i>	200	2,47	8,53	44,07	263,18	№316
<i>Кофе с молоком</i>	180	2,52	3,15	19,02	111,9	№395
<i>Хлеб пшеничный с маслом</i>	40\7	2,95	6,25	16,9	131,81	№1
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
<i>Банан</i>	80	0,65	-----	23,1	97,9	№156
<u>ОБЕД</u>						
<i>Салат «Витаминный»</i>	50	0,82	3,0	3,77	45,24	№21
<i>Суп «Весенний» с яйцом</i>	200	2,86	1,91	24,37	122,23	№43
<i>Тефтели мясные</i>	70	11,99	4,17	-----	185,68	№107
<i>Капуста тушеная</i>	130	3,22	-----	31,74	65,45	№50
<i>Яблочный компот</i>	180	0,46	-----	11,00	48,30	№206
<i>Хлеб ржаной</i>	50	1,98	0,36	10,27	54,30	№148
<u>ПОЛДНИК</u>						
<i>Молоко</i>	180	5,60	6,40	9,40	116,0	№400
<i>Пряник</i>	25	1,98	0,78	18,86	136,2	
<u>УЖИН</u>						
<i>Греча отварная с маслом сливочным</i>	130/5	8,71	9,33	30,35	131,60	№67
<i>Гуляш мясной в молочно-сметанном соусе</i>	70	10,58	19,57	-----	86,9	№95
<i>Чай сладкий с лимоном</i>	180\8	-----	-----	15,17	59,80	№137
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,05	0,65	13,70	54,67	№147
ВСЕГО:		59,49	64,1	271,72	1712,16	