

Меню 3 дня от 1,5 до 3 лет

Наименование блюда и продуктов	<i>Выход</i>	Белки	Жиры	Углеводы	<i>Энергетич. ценность</i>	<i>№ технологической карты</i>
<u>ЗАВТРАК</u>						
<i>Каша манная молочная</i>	150	<i>8,12</i>	<i>8,35</i>	<i>15,3</i>	151,07	№315
<i>Кофе с молоком</i>	150	<i>2,55</i>	<i>3,19</i>	<i>16,88</i>	104,35	№395
<i>Хлеб пшеничный с сыром</i>	25\10	<i>1,58</i>	<i>8,86</i>	<i>10,06</i>	127,2	№3
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
<i>Яблоко</i>	70	<i>0,16</i>	<i>-----</i>	<i>4,16</i>	18,0	№144
<u>ОБЕД</u>						
<i>Салат морковно-яблочный</i>	30	<i>0,48</i>	<i>3,00</i>	<i>1,66</i>	35,61	№40
<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	150/5	<i>3,49</i>	<i>1,88</i>	<i>9,44</i>	134,15	№67
<i>Котлеты рыбные с картофельным пюре</i>	50\100	<i>14,25</i>	<i>7,24</i>	<i>22,58</i>	319,37	№256/№58
<i>Компот из апельсинов</i>	150	<i>0,68</i>	<i>-----</i>	<i>22,26</i>	89,32	№204
<i>Хлеб ржаной</i>	40	<i>1,98</i>	<i>0,46</i>	<i>10,25</i>	54,30	№148
<u>ПОЛДНИК</u>						
<i>«Снежок 2,5%» кисломолочный напиток</i>	150	<i>4,05</i>	<i>2,5</i>	<i>7,5</i>	75,0	№401
<i>Плюшка «Домашняя»</i>	60	<i>3,87</i>	<i>3,72</i>	<i>35,34</i>	188,71	№187
<u>УЖИН</u>						
<i>Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным</i>	150/5	<i>5,07</i>	<i>8,53</i>	<i>21,85</i>	185,3	№93/№149
<i>Вафли</i>	15	<i>1,54</i>	<i>0,6</i>	<i>9,96</i>	52,4	№152
<i>Чай сладкий</i>	150	<i>-----</i>	<i>-----</i>	<i>11,98</i>	44,88	№391
ВСЕГО:		48,83	48,33	199,14	1579,66	

Меню 3 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 манная</i>	200	<i>5,47</i>	<i>8,73</i>	<i>20,65</i>	181,6	№315
<i>Кофе с молоком</i>	180	<i>2,60</i>	<i>3,21</i>	<i>20,09</i>	121,64	№395
<i>Хлеб пшеничный с сыром</i>	40\12	<i>2,95</i>	<i>6,24</i>	<i>16,90</i>	151,81	№3
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
<i>Яблоко</i>	80	<i>0,32</i>	<i>-----</i>	<i>8,32</i>	56,0	№144
<u>ОБЕД</u>						
<i>С-т морковно-яблочный</i>	50	<i>0,52</i>	<i>3,00</i>	<i>1,88</i>	36,69	№40
<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	200/10	<i>2,06</i>	<i>1,88</i>	<i>12,56</i>	169,76	№67
<i>Котлеты рыбные с картофельным пюре</i>	70/130	<i>15,63</i>	<i>8,39</i>	<i>27,41</i>	382,10	№256/№58
<i>Компот из апельсинов</i>	180	<i>0,2</i>	<i>0,2</i>	<i>12,87</i>	112,2	№204
<i>Хлеб ржаной</i>	50	<i>2,82</i>	<i>0,42</i>	<i>29,88</i>	128,4	№148
<u>ПОЛДНИК</u>						
<i>«Снежок 2,5%» кисломолочный напиток</i>	180	<i>3,75</i>	<i>4,7</i>	<i>6,0</i>	75,0	№401
<i>Плюшка «Домашняя»</i>	60	<i>4,98</i>	<i>3,72</i>	<i>35,34</i>	188,72	№187
<u>УЖИН</u>						
<i>Суп молочный с маслом сливочным</i>	200/5	<i>5,75</i>	<i>8,47</i>	<i>26,17</i>	197,9	№93
<i>Вафли</i>	30	<i>2,91</i>	<i>0,46</i>	<i>16,84</i>	79,45	№152
<i>Чай сладкий</i>	180	<i>-----</i>	<i>-----</i>	<i>14,97</i>	56,10	№391
ВСЕГО:		52,63	48,46	217,78	1799,08	