

## Меню 8 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>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>						
<i>Каша пшеничная молочная</i>	<b>150</b>	3,08	0,30	20,37	<b>98,5</b>	<b>№70</b>
<i>Кофе с молоком</i>	<b>150</b>	2,56	3,18	16,88	<b>104,35</b>	<b>№395</b>
<i>Хлеб пшеничный с сыром</i>	<b>25\10</b>	1,57	4,73	10,01	<b>89,80</b>	<b>№3</b>
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>						
<i>Яблоко</i>	<b>70</b>	0,48	-----	12,50	<b>54,00</b>	<b>№144</b>
<b><u>ОБЕД</u></b>						
<i>Салат морковно-яблочный с растит. маслом</i>	<b>40</b>	0,82	2,00	3,77	<b>45,54</b>	<b>№40</b>
<i>Борщ со сметаной</i>	<b>150/5</b>	6,65	22,40	22,3	<b>132,58</b>	<b>№62</b>
<i>Рыба тушеная с овощами</i>	<b>50</b>	10,44	7,27	4,87	<b>145,00</b>	<b>№247</b>
<i>Картофельное пюре с маслом сливочным</i>	<b>100/5</b>	3,15	0,27	34,79	<b>129,20</b>	<b>№58/№149</b>
<i>Компот из апельсинов</i>	<b>150</b>	0,13	-----	12,15	<b>112,50</b>	<b>№204</b>
<i>Хлеб ржаной</i>	<b>40</b>	1,98	0,37	10,26	<b>54,3</b>	<b>№148</b>
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>						
<i>Молоко</i>	<b>150</b>	3,75	4,2	6,00	<b>75,00</b>	<b>№400</b>
<i>Ватрушка с творогом</i>	<b>50</b>	5,14	3,72	56,49	<b>272,57</b>	<b>№140</b>
<b><u>УЖИН</u></b>						
<i>Плов с курой</i>	<b>150</b>	2,67	5,18	22,4	<b>149,0</b>	<b>№100</b>
<i>Чай сладкий с лимоном</i>	<b>150/5</b>	-----	-----	11,98	<b>44,88</b>	<b>№137</b>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<b>25</b>	0,86	0,17	4,97	<b>24,65</b>	<b>№147</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>45,50</b>	<b>61,34</b>	<b>249,8</b>	<b>1531,87</b>	

## Меню 8 дня от 3 до 7 лет.

Наименование блюда и продуктов	<i><b>Выход</b></i>	Белки	Жиры	Углевод ы	<i><b>Энергетич. ценность</b></i>	<i><b>№ технологическо й карты</b></i>
<b><u>ЗАВТРАК</u></b>						
<i>Каша пшениная молочная</i>	<b>200</b>	10,02	14,04	13,5	<b>129,94</b>	<b>№70</b>
<i>Кофе с молоком</i>	<b>180</b>	2,6	3,21	20,09	<b>121,64</b>	<b>№395</b>
<i>Хлеб пшеничный с маслом</i>	<b>40\7</b>	2,95	6,25	16,9	<b>131,81</b>	<b>№1</b>
<b><u>2 ЗАВТРАК</u></b>						
<i>Яблоко</i>	<b>80</b>	1,61	-----	21,99	<b>93,89</b>	<b>№144</b>
<b><u>ОБЕД</u></b>						
<i>Салат морковно-яблочный с маслом растит.</i>	<b>50</b>	0,82	3,00	-----	<b>62,97</b>	<b>№40</b>
<i>Борщ со сметаной</i>	<b>200\10</b>	14,03	12,18	24,9	<b>208,51</b>	<b>№62</b>
<i>Рыба, тушеная с овощами. Картофельное пюре с маслом сливочным</i>	<b>70 \ 130/5</b>	17,23	10,41	20,6	<b>279,88</b>	<b>№247 №58/№149</b>
<i>Компот из апельсинов</i>	<b>180</b>	0,09	-----	18,90	<b>71,60</b>	<b>№204</b>
<i>Хлеб ржаной</i>	<b>50</b>	2,82	0,42	29,88	<b>128,40</b>	<b>№148</b>
<b><u>ПОЛДНИК</u></b>						
<i>Молоко</i>	<b>180</b>	4,05	4,9	7,5	<b>85,00</b>	<b>№400</b>
<i>Ватрушка с творогом</i>	<b>60</b>	5,86	4,5	58,87	<b>291,65</b>	<b>№140</b>
<b><u>УЖИН</u></b>						
<i>Плов с курой</i>	<b>200</b>	15,88	9,57	9,13	<b>39,71</b>	<b>№100</b>
<i>Чай сладкий с лимоном</i>	<b>180/8</b>	-----	-----	14,97	<b>56,10</b>	<b>№137</b>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<b>30</b>	2,91	0,46	16,84	<b>79,45</b>	<b>№147</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>67,23</b>	<b>62,31</b>	<b>264,07</b>	<b>1985,55</b>	