



**МЕНЮ**

| День 4  | Выход<br>г | Белки<br>г  | Жиры<br>г   | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецепту<br>ры |
|---|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|--------------------|
| <b>Завтрак для детей от 3 до 7 лет</b>  |            |             |             |                |                                      |                    |
| Каша жидкая молочная (манная)   | 160        | 4,9         | 2,2         | 25,1           | 125,7                                | № 185              |
| Кофейный напиток с молоком  | 200        | 3,1         | 2,4         | 17,0           | 102,5                                | № 395              |
| Масло (порциями)  | 5          | 0,0         | 3,6         | 0,0            | 37,4                                 | № 6                |
| Батон   | 40         | 3,1         | 1,2         | 20,6           | 104,8                                | -                  |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>11,1</b> | <b>9,4</b>  | <b>62,7</b>    | <b>370,4</b>                         | -                  |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |             |             |                |                                      |                    |
| Компот из свежих плодов   | 180        | 0,1         | 0,1         | 20,9           | 86,0                                 | № 372              |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>0,1</b>  | <b>0,1</b>  | <b>20,9</b>    | <b>86,0</b>                          | -                  |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |             |             |                |                                      |                    |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 50         | 0,8         | 0,2         | 4,5            | 21,5                                 | ТК № 1,2,3,4,5     |
| Суп картофельный  | 200        | 1,9         | 2,3         | 15,6           | 90,6                                 | № 77               |
| Плов из птицы   | 180        | 21,2        | 23,4        | 30,4           | 364,0                                | № 304              |
| Компот из сушеных фруктов   | 200        | 0,0         | 0,0         | 15,5           | 61,9                                 | № 376              |
| Хлеб пшеничный  | 30         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 71,0                                 | ТК № 6             |
| Хлеб ржаной   | 20         | 2,0         | 0,3         | 8,5            | 40,8                                 | ТК № 7             |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>29,0</b> | <b>26,4</b> | <b>98,8</b>    | <b>649,8</b>                         | -                  |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b>  |            |             |             |                |                                      |                    |
| Суп молочный с крупой (пшено)   | 180        | 5,0         | 4,5         | 15,2           | 125,0                                | № 93               |
| Напиток из плодов шиповника   | 200        | 0,7         | 0,3         | 20,2           | 99,1                                 | № 398              |
| Хлеб пшеничный  | 20         | 1,5         | 0,1         | 10,1           | 48,8                                 | ТК № 6             |
| Сдоба обыкновенная  | 70         | 4,2         | 2,2         | 29,6           | 164,3                                | № 220              |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>11,3</b> | <b>19,0</b> | <b>81,9</b>    | <b>437,2</b>                         | -                  |
| <b>Итого за 4 день:</b>   |            | <b>51,5</b> | <b>54,9</b> | <b>264,3</b>   | <b>1543,4</b>                        | -                  |

Шеф-повар: *Копыт*