



МЕНЮ

| День 2 | Выход г | Белки , г | Жиры , г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепту ры |
|----------------------------------------------------|------------|-----------------|----------------|----------------|--------------------------------------|--------------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша вязкая молочная рисовая | 160 | 4,4 | 7,7 | 33,0 | 227,6 | № 174 |
| Сыр (порциями) | 5 | 1,2 | 1,5 | 0,0 | 17,7 | № 7 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Батон | 35 | 2,7 | 1,1 | 18,0 | 91,7 | - |
| Итого: | | 8,4 | 10,3 | 60,8 | 376,4 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | № 372 |
| Итого: | | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Пюре из моркови или свеклы (свекла) | 50 | 0,8 | 1,8 | 5,3 | 43,1 | № 324 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 1,3 | 3,6 | 6,4 | 64,5 | № 67 |
| Котлеты рыбные любительские | 70 | 9,2 | 7,0 | 4,2 | 125,0 | № 256 |
| Картофельное пюре или картофель отварной | 130 | 5,6 | 3,7 | 33,1 | 191,9 | № 321, 318 |
| Чай черный с яблоком | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,2 | 39,8 | ТТК № 547 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | ТТК № 6 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 61,2 | ТТК № 7 |
| Итого: | | 21,5 | 16,6 | 105,1 | 620,2 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Суп молочный с крупой (гречневой) | 200 | 5,8 | 5,2 | 16,7 | 140,4 | № 94 |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) | 200 | 0,5 | 0,1 | 28,3 | 117,3 | № 376 |
| Бутерброд с повидлом | 30/5/15 | 2,0 | 4,5 | 27,6 | 164,3 | № 2 |
| Итого: | | 8,3 | 9,8 | 72,6 | 422,0 | - |
| Итого за 2 день: | | 38,3 | 36,8 | 259,4 | 1504,6 | - |
| Шеф-повар: | | | | | | - |

И.С. Волков