11 июля 2022 г. Меню и пищевая ценность блюд на 9 День: 4 Неделя: 2 с 01марта по 01 сентября Сезон: Ограниченный возрастная категория: 3-7 лет Витам Энерге-Macca Пищевые вещества (г) Ŋo тическая ины Прием пищи, наименование блюда порции (ML) рец. ценност Б Ж У C ь (ккал) Завтрак 262(κ)I Каша жидкая на молоке Пшенная 180 4,6 8,6 23,30 243,60 1,80 произ. Масло коровье сладкосливочное несоленое 5 0,1 3,9 0,0 35,45 79,10 Хлеб из муки пшеничной первого сорта 30 2,9 1,01 15,60 произ. 397 180 3,3 3,4 23,0 109,6 1,20 какао с молоком ИТОГО за завтрак 395 10,89 16,91 61,91 467,75 3,00 Завтрак2 в 10:30 100 Сок овощной 0,4 0,1 10,1 43,00 2 произ. Банан 100 0,36 0,14 12,13 57,00 5,5 произ. 0.8 ИТОГО за второй завтрак 200 0.2 22,2 100,0 7,5 Обед Салат из консервированного помидора с 622 (3) 60 45,57 2,00 0,2 5,2 1,1 луком и растительным маслом Суп рыбный по - шведски (консервы 157 180 2,7 4,7 13,3 126,29 4,10 сайра) 2.9 128 Гуляш из говядины 80 11.9 11.1 30.7 274.1 319 130 3,0 21,3 3,1 Картофель в молоке 4.4 98,7 378 Кисель из ягод (брусника) 170 0,26 0,0 29,5 124,89 7,40 произ. 13.11 Хлеб ржано-пшеничный 25 1.47 0.45 59,63 19,5 ИТОГО за обед 645 109,0 729,2 19,5 25,9 Полдник 138 70 6,8 2,4 37,7 204,20 0.1 Булочка творожная 180 2,8 произ. Ацидофилин 3,2 4,0 56,00 0,00 ИТОГО за полдник 250 9,6 5,6 41,7 260,2 0,1 Ужин произ. Огурец консервированный 25 1,08 3,04 1,04 26,8 7,2 0,97 305 Суфле из мяса с рисом 60 7,4 8,2 6,8 126,70 Каша гречневая рассыпчатая 130 5,4 6,9 26,3 262,24 165 Хлеб ржано-пшеничный 25 1,47 0,45 13,11 59,63 произ. 393 180 0.15 0.00 9,50 40,10 2,50 Чай с сахаром и лимоном 10,7 ИТОГО за ужин 420 15,5 18,6 515,5 *56*,8 Энерге-Витами Пищевые вещества (г) гическая ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, ны (мг) ценность НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), Б Ж (ккал) \mathbf{C} возрастная категория 3-7 лет 56,3 67,2 291,6 2072,6 40,8 Сезон: Ограниченный с 01марта по 01 сентября озрастная категория: 1,5-3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещест		гва (г)	Энерге- тическая ценност	Витам ины (мг)
1		1 ,	Б	Ж	У	ь (ккал)	C
Завтрак	:						
262(к)І	Каша жидкая на молоке Пшенная	150	3,8	7,2	19,40	203,00	1,50
приз.	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,08	0,10	46,30	0,00
произ.	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
397	какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,6	1,20
	ИТОГО за завтрак	367	10,11	16,69	58,10	438,00	2,70
Завтрак	2 в 10:30						
произ.	Сок фруктовый	100	0,4	0,1	10,1	43,00	2
произ.	Банан	100	0,36	0,14	12,13	57,00	5,5
	ИТОГО за второй завтрак	200	0,8	0,2	22,2	100,0	7,5
Обед							
622 (3)	Салат из консервированного помидора с луком и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,10	1,60
157	Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)	150	2,3	3,9	6,2	105,25	3,00
128	Гуляш из говядины	60	8,9	8,3	23,0	205,6	2,2
319	Картофель в молоке	120	2,8	4,1	19,6	91,1	2,8
378	Кисель из ягод (брусника)	170	0,26	0,0	29,5	124,89	7,40
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	565	15,8	20,6	91,8	613,6	17,0
Полдни	К						
138	Булочка творожная	60	6,1	2,1	32,3	175,00	0,1
произ.	Ацидофилин	180	2,8	3,2	4,0	56,00	0,00
	ИТОГО за полдник	240	8,9	5,3	36,3	231,0	0,1
Ужин							
произ.	Огурец консериврованный порцион.	25	1,08	3,04	1,04	26,8	7,2
305	Суфле из мяса с рисом	60	6,3	7,1	5,8	108,60	0,90
165	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,0	6,3	24,3	242,10	
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,00	9,50	40,10	2,50
	ИТОГО за ужин	410	14,0	16,9	53,8	477,2	10,6
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09),			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витам ны (мі
1112/1	возрастная категория 3-7 лет	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Б	Ж	У	(ккал)	С
	•		49,6	59,6	262,2	1859,8	37,9