

## Меню

Неделя: Вторая

День: Вторник

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория 1 –3 года

№ рецеп тура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
185	Каша овсяная жидкая	150	3,46	5	21,15	144
1	Хлеб с сыром твердым Российским	30/7	4,9	2,9	14,0	104
392	Чай с лимоном	150	0,04	0	6,99	28
	<b>Итого за прием:</b>	<b>337</b>	<b>8,4</b>	<b>7,9</b>	<b>42,14</b>	<b>276</b>
399	<b>10.00 Сок</b>	<b>100</b>	<b>0,51</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>43</b>
<b>ОБЕД</b>						
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,703	10,28	62,85
274	Рагу из говядины	120	15,2	12,5	10,4	214
336	Капуста тушеная	30	0,6	1,08	3	23,7
376	Компот из сухофруктов	150	0,06	0	16,36	65
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,13	7,05	35
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,59	54
	<b>Итого за прием:</b>	<b>500</b>	<b>23,105</b>	<b>28,555</b>	<b>46,8</b>	<b>454,55</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
231	Кондитерские изделия (пряник)	50	0,19	1,4	12	200
397	Какао на молоке	150	3,15	2,72	0,49	89
	<b>Итого за прием:</b>	<b>200</b>	<b>3,34</b>	<b>4,12</b>	<b>12,49</b>	<b>289</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>35,36</b>	<b>40,58</b>	<b>63,63</b>	<b>786,55</b>

## Меню

Неделя: Вторая

День: Вторник

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория 3 –7 лет

№ рецептура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
185	Каша жидкая овсяная	200	4,91	6,00	28,41	187
392	Чай с лимоном	180	0,03	0,01	8,18	31,29
3/13	Хлеб с сыром	30/7	4,9	2,9	14,00	104
	Итого за прием:	417	12,72	11,88	55,1	377,99
399	10.00 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	1 шт.	0,51	0	9	43
<b>ОБЕД</b>						
85	Суп картофельный с клецками	180	1,676	2,688	9,71	69,6
274	Рагу из говядины	80/150	21,71	16,55	11,03	296
132	Капуста тушеная	50	0,98	1,85	4,75	39,5
376	Компот из сухофруктов	180	0,396	0,018	0,612	101,7
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,20	14,01	67,32
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	53,03
	Итого за прием:	700	27,742	19,816	45,382	519,65
<b>ПОЛДНИК</b>						
231	Кондитерские изделия (пряник)	70	1,75	1,4	25,9	122,5
397	Какао на молоке	180	3,67	3,19	0,49	107
	Итого за прием:	250	5,42	4,59	26,39	229,5
	Итого за день:		45,882	36,206	126,872	1127,14

