

**Меню.** Неделя: Первая. День: Понедельник

Сезон: зимне-весенний \_\_\_\_\_

Возрастная категория 1 – 3 года

№ рецептура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
94	Суп молочный с рисовой крупой	150	2,58	12,75	8,97	71,2
396	Кофейный напиток	150	2,34	2,0	0,05	70,8
1	Бутерброд с маслом (крестьянским) МДЖ-72,5%	30/7	1,98	7,2	14	130
	Итого за прием:	<b>337</b>	<b>6,9</b>	<b>21,95</b>	<b>23,02</b>	<b>272</b>
368	10.00 Фрукты свежие яблоко 1 шт.	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>
<b>ОБЕД</b>						
81	Суп картофельный с бобовыми	150	3,19	3	11,89	88,5
261	Тефтели рыбные в соусе	60	5,11	2,8	4,9	65,5
692	Картофель отварной	120	2,5	5,5	15	109,8
75	Икра свекольная	30	1,38	2,04	4,62	39
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
	Итого за прием:	<b>560</b>	<b>17,37</b>	<b>18,66</b>	<b>68,01</b>	<b>456,8</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
458	Ватрушка с повидлом	50	4	2	40	200
400	Молоко кипяченое	150	4,57	4,54	0	85
	Итого за прием:	<b>200</b>	<b>8,5</b>	<b>5,75</b>	<b>46,3</b>	<b>285</b>
	Итого за день:		<b>33,17</b>	<b>46,4</b>	<b>147,13</b>	<b>1049,75</b>

**Меню.** Неделя: Первая. День: Понедельник

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория 3 – 7 лет

№ рецеп тура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
94	Суп молочный с рисовой крупой	180	3,1	12,3	10,76	85,5
396	Кофейный напиток	180	7,44	3,6	0,06	85
1	Бутерброд с маслом (крестьянским) МДЖ-72,5%	30/7	2,46	7,56	14,63	136
	Итого за прием:	<b>397</b>	<b>13</b>	<b>23,46</b>	<b>25,45</b>	<b>306,5</b>
368	10.00 Фрукты свежие яблоко 1 шт	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,04</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>
	<b>ОБЕД</b>					
81	Суп картофельный с бобовыми	180	4,3	4	15,85	97,02
261	Тефтели рыбные в соусе	110	11,36	8,37	4	120
321	Картофель отварной	150	3,065	4,802	18,46	137,25
75	Икра свекольная	50	1,15	3,4	7,7	65
372	Компот из сухофруктов	180	0,27	0	16,29	63
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого за прием:	<b>720</b>	<b>23,84</b>	<b>21,99</b>	<b>82,52</b>	<b>590,27</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>					
458	Ватрушка с повидлом	55	7,23	6,83	22,2	179,4
400	Молоко кипяченое	180	5,48	5,45	-	102
	Итого за прием:	<b>235</b>	<b>8,5</b>	<b>6,5</b>	<b>47,56</b>	<b>281,4</b>
	Итого за день:	<b>1207</b>	<b>45,38</b>	<b>51,99</b>	<b>165,33</b>	<b>1222,17</b>

