

# МЕНЮ

## 30.05.2022 понедельник

Кухня



Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

| Наименование                                | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|---------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              | <b>456</b>   | <b>12,71</b> | <b>18,03</b> | <b>60,77</b>  | <b>1,22</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом                         | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
| Кофейный напиток с молоком                  | 84           | 2,68         | 2,84         | 11,80         | 0,47         | 180     | 414   |
| Каша ячневая вязкая молочная                | 236          | 7,58         | 7,64         | 34,35         | 0,75         | 180/5/5 | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                       | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>  |         |       |
| Сок яблочный                                | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00         | 100     | 418   |
| <b>Обед</b>                                 | <b>649</b>   | <b>23,34</b> | <b>21,74</b> | <b>90,08</b>  | <b>8,34</b>  |         |       |
| Салат из горошка зеленого консервированного | 33           | 1,18         | 2,08         | 2,47          | 3,80         | 40      | 10    |
| Котлеты рубленые из курицы                  | 164          | 9,43         | 9,65         | 9,98          | 0,50         | 60      | 322   |
| Компот из смеси сухофруктов                 | 62           | 0,05         |              | 15,45         |              | 180     | 394   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Сметана                                     | 8            | 0,11         | 0,80         | 0,13          |              | 4       |       |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)         | 175          | 5,95         | 4,20         | 28,29         |              | 130     | 330   |
| Свекольник с картофелем на к/б              | 75           | 1,32         | 4,06         | 8,29          | 4,04         | 180     | 69    |
| <b>Полдник</b>                              | <b>210</b>   | <b>8,48</b>  | <b>10,97</b> | <b>19,50</b>  | <b>0,84</b>  |         |       |
| Молоко кипяченое                            | 95           | 4,73         | 5,07         | 7,70          | 0,84         | 180     | 419   |
| Печенье промышленное                        | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |       |
| <b>Ужин</b>                                 | <b>455</b>   | <b>18,85</b> | <b>7,04</b>  | <b>78,84</b>  | <b>1,40</b>  |         |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом        | 162          | 5,27         | 3,45         | 27,46         |              | 150     | 219   |
| Фрикадельки рыбные                          | 69           | 8,19         | 2,64         | 3,08          | 0,32         | 60      | 279   |
| Кисель из клюквы                            | 92           | 0,09         |              | 22,83         | 1,08         | 180     | 396   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| <b>Итого за день:</b>                       | <b>1 817</b> | <b>63,79</b> | <b>57,78</b> | <b>260,48</b> | <b>13,81</b> |         |       |