

## Ежедневное меню

Сезон: Весенне-летний; возрастная категория 3-7лет

Неделя: вторая, день ПОНЕДЕЛЬНИК

09.09.2024

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
213	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	63
168	Каша ячневая	135	3,18	2,91	32,17	170,7
	Икра кабачковая детская	50	8	3,2	4,25	41
392	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	0	40
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	435	18,3	11,09	47,29	368,7
	<b>2- ЗАВТРАК</b>					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	<b>ОБЕД</b>					
81	Суп картофельный с горохом	200	4,3	4	15,85	118
247	Котлеты рыбные Любительские	80	9,357	3,29	6,988	94,5
321	Пюре картофельное	150	3,08	4,22	20,64	135
71	Помидоры свежие	40	0,35	0,06	0,82	9
71	Огурцы свежие	40	0,35	0,06	0,82	9
376	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	16,44	64,8
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Хлеб Шпаковский	25	1,32	0,24	7,06	36
	Итого:	745	20,477	12,13	77,568	502,3
	<b>ПОЛДНИК</b>					
	Печенье/пряники промышленного производства	45	20,089	9,864	9,205	247,68
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90
	Итого:	225	22,939	12,27	23,565	337,68
	Всего:	1405	51,239	33,36	90,855	717,38