



**МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,88	4,44	32	135,8	199
День 1	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,61	3,98	15,76	109,67	416
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2	5,59	9,31	130,61	1
Итого за завтрак		420	8,49	14,01	57,07	376,08	
2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	1,5	0,5	20,95	88,51	386
Итого за 2 завтрак		100	1,5	0,5	20,95	88,51	
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННО	50	0,35	0,05	0,94	5,58	16
	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	3,24	4,56	12,24	158,2	82
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,5	14,5	32,5	295,2	321
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	25	102	394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,19	12,3	57,75	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,52	0,47	11,56	59,65	
Итого за обед		670	19,91	19,79	94,54	678,38	
Полдник	ПИЦЦА "ДЕТСКАЯ"	50	3,2	4,8	10,2	102,1	448
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	3,89	4,66	7,88	94,57	420
Итого за полдник	Итого за прием пищи:	250	7,09	9,46	18,08	196,67	
Итого за 1 день			36,99	43,76	190,64	1339,64	