

МЕНЮ

Неделя пятая

День: Четверг, 31.07.25г

№ реп	Наименование блюда	Масса порции, возраст		Пищевые вещества			Энергет. ценность
		1,5-3 лет	4-7 лет	бел	жир	углев	
	Завтрак						
172	Каша геркулесовая жидкая	150		2,08	4,6	0,28	44,67
1	Хлеб с маслом	30/5		2,45	7,55	14,62	136,00
213	Яйцо отварное	40		4,22	4,02	0,18	55,30
397	Какао на молоке	150		2,85	2,41	14,36	91,00
	Всего			11,6	18,58	29,44	326,97
	Второй завтрак						
399	Сок яблочный	100	100	0,60	0,60	14,70	66,00
	Обед						
61	Щи с капусты и картофеля	150	200	2,04	7,01	14,11	109,75
304	Плов из отварной курицы	150	200	17,56	9,39	16,7	181
20	Салат с капусты	30	40	0,64	2,74	3,76	42,26
349	Компот из сушеных фруктов	150	200	0,40	0,02	22,99	102,00
1	Хлеб	30	40	2,69	0,26	18,78	90,40
	Всего			23,23	19,42	76,34	525,41
	Полдник						
223	Запеканка из творога со сгущённой	100	120	17,54	13,05	17,15	247,00
1	Хлеб	20	20	2,69	0,26	18,78	90,40
391	Чай	150		0,00	0,00	0,01	2,54
	всего:			20,23	13,31	35,94	339,94
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			45,07	50,08	149,47	1203,02