

МЕНЮ 9 день
Сад 10.5 часов 2-3 года

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита - мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|--------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | Каша молочная ячневая молочная с маслом | 150 | 4,7 | 4,9 | 18,5 | 136,9 | 0,6 |
| 2008 | 1811 | Каша ячневая на воде | 150 | 2,8 | 2,5 | 9,5 | 71,7 | 0 |
| 2008 | 432 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 3.8 | 3.2 | 12,2 | 92,8 | 0.2 |
| | | Кофейный напиток на воде | 150 | 1.9 | 1.6 | 6,6 | 48,4 | 0 |
| 2008 | 100 | Батон с маслом | 30 | 2.1 | 4,3 | 13,5 | 101,1 | 0.4 |
| Итого | | | 330 | 10,6 | 12,4 | 44,2 | 330,8 | 0,8 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | к/к | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 10,7 | 46,0 | 103,2 |
| 2008 | | Компот из свежих яблок (аллергия) | 150 | 0.1 | 0.1 | 10,5 | 43.3 | 1,4 |
| Итого | | | | 0,8 | 0,2 | 10,7 | 46,0 | 103,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 98 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 | 8,6 | 8,0 | 5,6 | 128,8 | 4,9 |
| 2008 | 346 | Капуста тушенная с мясом | 140 | 9,8 | 20,5 | 9,2 | 260,5 | 2,4 |
| 2008 | 402 | Компот из сухофруктов | 150 | 0 | 0 | 7,8 | 31,2 | 0 |
| 2008 | | Хлеб ржаной | 33,3 | 3,0 | 0,6 | 14,6 | 75,8 | 0 |
| 2008 | | Батон | 12,5 | 1,6 | 0,1 | 7,0 | 35,3 | 7,3 |
| Итого | | | 515,8 | 23 | 29,2 | 44,2 | 531,6 | 14,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 446 | Пудинг творожный с повидлом | 80 | 7.2 | 7.7 | 39.2 | 186,5 | 0,2 |
| 2008 | | Овощное рагу (аллергики) | 150 | 2,5 | 3,6 | 8,6 | 7,9 | 18,2 |
| 2008 | | Батон | 12,5 | 1,6 | 0,1 | 7,0 | 35,3 | 0 |
| 2008 | 214 | Чай с сахаром | 130 | 0,1 | 0 | 9.0 | 28,4 | 0 |
| Итого | | | 260 | 8,9 | 7.8 | 55,2 | 250,2 | 0,2 |
| Всего | | | | 43,3 | 49,6 | 349,3 | 1158,3 | 118,8 |