



МЕНЮ

на 17.06

День 3	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Каша жидкая (манная)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Яйца вареные	64	5,5	5,0	0,3	68,6
Итого:	445	14,4	9,8	51,8	351,7
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого:	647	16,4	12,5	72,1	487,1
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Пюре из моркови или свеклы (свекла)	60	1,0	1,9	6,2	47,8
Котлеты, биточки, шницели, рубленные с соусом сметанным	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,8	32,0	208,5
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8
Итого:	580	28,5	26,6	130,6	898,0
Итого за 3 день:		60,3	49,1	274,1	1820,2

Шеф-повар: