

## Меню 3-7 НОВОЕ, 1нн

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

165	<i>Каша рисовая вязкая на молоке</i>	кКал-225, Белки-5.1, Жиры-6.8, Угл-36
35	<i>Бутерброд с маслом</i>	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл- 16.57
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2

Итого за Завтрак1 кКал-365.15, Белки-7.54, Жиры-10.73, Угл-

### Завтрак2

200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94
-----	------------------------------------	---

Итого за Завтрак2 кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94

### Обед

205	<i>Рассольник с перловой крупой и сметаной</i>	кКал-136, Белки-3.1, Жиры-11.38, Угл-14.8
70	<i>Суфле из цыплят</i>	кКал-201.79, Белки-12.52, Жиры-15.18, Угл- 3.97
130	<i>Рагу из овощей</i>	кКал-122.31, Белки-2.52, Жиры-5.62, Угл- 15.22
200	<i>Кисель плодово-ягодный</i>	кКал-68.72, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-17.52
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-672.82, Белки-23.04, Жиры-32.86, Угл-

### Полдник у.

70	<i>Рыба запеченная с овощами</i>	кКал-199.3, Белки-9.57, Жиры-5.98, Угл-26
134	<i>Каша гречневая вязкая с маслом</i>	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл- 18.61
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
9	<i>Печенье</i>	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

Итого за Полдник у. кКал-474.34, Белки-16.95, Жиры-11.38, Угл-

Итого за день кКал-1 601.01, Белки-47.97, Жиры-55.06, Угл-  
239.8

*Лиса*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1вт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

155	<i>Каша пшеничная молочная вязкая с маслом</i>	кКал-219.66, Белки-6.44, Жиры-7.17, Угл-32.18
45	<i>Бутерброд с повидлом</i>	кКал-117.75, Белки-2.46, Жиры-0.3, Угл-26.25
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2

Итого за Завтрак1 кКал-366.51, Белки-8.9, Жиры-7.47, Угл-

### Завтрак2

200	<i>Компот из свежих плодов</i>	кКал-46.73, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-10.91
9	<i>Печенье</i>	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

Итого за Завтрак2 кКал-88.13, Белки-1.01, Жиры-1.29, Угл-

### Обед

10	<i>Горошек зеленый</i>	кКал-4, Белки-0.31, Жиры-0.02, Угл-0.65
130	<i>Картофельное пюре</i>	кКал-139.09, Белки-3.34, Жиры-4.66, Угл-20.95
70	<i>Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф</i>	кКал-136.51, Белки-8.54, Жиры-8.75, Угл-5.85
220	<i>Суп с макаронными изделиями</i>	кКал-103.11, Белки-2.54, Жиры-2.49, Угл-17.6
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-555.81, Белки-19.53, Жиры-16.52, Угл-

### Полдник у.

60	<i>Пудинг творожный со сгущенным молоком</i>	кКал-166, Белки-9.56, Жиры-5.75, Угл-16.5
155	<i>Каша пшеничная молочная вязкая с маслом</i>	кКал-217.04, Белки-5.42, Жиры-5.29, Угл-28.15
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5

Итого за Полдник у. кКал-490.14, Белки-17.38, Жиры-11.34, Угл-

Итого за день кКал-1 500.59, Белки-46.82, Жиры-36.62, Угл-234.41



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

165	<i>Каша гречневая молочная вязкая с маслом</i>	кКал-183.64, Белки-5.94, Жиры-6.69, Угл-24.84
35	<i>Бутерброд с маслом</i>	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл-16.57
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2

**Итого за Завтрак1** кКал-323.79, Белки-8.38, Жиры-10.62, Угл-

### Завтрак2

100	<i>Кисломолочный продукт для детского питания</i>	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
9	<i>Печенье</i>	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

**Итого за Завтрак2** кКал-119.4, Белки-4.05, Жиры-4.33, Угл-

### Обед

150	<i>Плов из мяса птицы</i>	кКал-355.84, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
205	<i>Свекольник со сметаной</i>	кКал-107.99, Белки-2.25, Жиры-4.25, Угл-15.12
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

**Итого за Обед** кКал-636.93, Белки-21.38, Жиры-24.14, Угл-

### Полдник у.

50	<i>Ватрушка с повидлом</i>	кКал-159.68, Белки-3.22, Жиры-2.11, Угл-32.57
200	<i>Суп рыбный с картофелем(филе минтая)</i>	кКал-224.9, Белки-6.79, Жиры-5.24, Угл-37.64
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5

**Итого за Полдник у.** кКал-491.68, Белки-12.41, Жиры-7.65, Угл-

**Итого за день** кКал-1 571.8, Белки-46.22, Жиры-46.74, Угл-242.57

*Лиса*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

165	<i>Каша манная молочная вязкая с маслом</i>	кКал-229.1, Белки-5.23, Жиры-5.93, Угл-38.7
35	<i>Бутерброд с маслом</i>	кКал-111.05, Белки-2.44, Жиры-3.93, Угл-16.57
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2

Итого за Завтрак1 кКал-369.25, Белки-7.67, Жиры-9.86, Угл-

### Завтрак2

100	<i>Кисломолочный продукт для детского питания</i>	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
9	<i>Печенье</i>	кКал-41.4, Белки-0.85, Жиры-1.13, Угл-6.97

Итого за Завтрак2 кКал-119.4, Белки-4.05, Жиры-4.33, Угл-

### Обед

30	<i>Свекла отварная</i>	кКал-16.13, Белки-0.58, Жиры-0.04, Угл-3.38
225	<i>Щи из свежей капусты со</i>	кКал-140.91, Белки-4.55, Жиры-7.91, Угл-12.88
70	<i>Мясо птицы отварное с томатным соусом (филе ЦБ)</i>	кКал-193.5, Белки-10.9, Жиры-10.7, Угл-13.4
134	<i>Каша гречневая вязкая с маслом</i>	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-5.97, Угл-18.61
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-650.18, Белки-24.96, Жиры-23.22, Угл-

### Полдник у.

50	<i>Шанежка наливная</i>	кКал-208.27, Белки-3.76, Жиры-3.72, Угл-39.89
120	<i>Яблоко</i>	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
180	<i>Суп молочный с пшеном</i>	кКал-121.38, Белки-4.28, Жиры-4.4, Угл-15.98
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-29.1, Угл-7.2
30	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского</i>	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5

Итого за Полдник у. кКал-518.35, Белки-10.92, Жиры-8.9, Угл-

Итого за день кКал-1 657.18, Белки-47.6, Жиры-46.31, Угл-262.72

*Лис*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

165	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	кКал-224.46, Белки-5.9, Жиры-6.9, Угл-35.63
45	Бутерброд с повидлом	кКал-117.75, Белки-2.46, Жиры-0.3, Угл-26.25
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2

Итого за Завтрак1 кКал-371.31, Белки-8.36, Жиры-7.2, Угл-

### Завтрак2

200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94
-----	-----------------------------	---

Итого за Завтрак2 кКал-88.7, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-22.94

### Обед

70	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом п/ф	кКал-136.51, Белки-8.54, Жиры-8.75, Угл-5.85
220	Суп картофельный с горохом	кКал-199.28, Белки-5.63, Жиры-4.04, Угл-35.1
134	Макаронные изделия отварные с маслом	кКал-180.23, Белки-5.04, Жиры-3.49, Угл-32.13
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8

Итого за Обед кКал-689.12, Белки-24.01, Жиры-16.88, Угл-110.58

### Полдник у.

160	Запеканка картофельная с мясом птицы (ДБ)	кКал-348.94, Белки-15.23, Жиры-20.66, Угл-25.71
200	Чай с сахаром	кКал-29.1, Угл-7.2
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5

Итого за Полдник у. кКал-456.04, Белки-17.63, Жиры-20.96, Угл-

Итого за день кКал-1 605.17, Белки-50.44, Жиры-45.13, Угл-252.01

*Ласк*

