

МЕНЮ

День: **2**

Возрастная категория: 1-3 лет

Завтрак № 1														
№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 12	Сыр	5	1.3	1.34	0	17.6	0	0.04	0.01	0.02	50	30	2.75	0.04
ттк № 47	Каша манная с маслом	130	3.29	4.88	15.62	119.37	0.04	0.87	0.03	0.24	83.08	92.25	62.15	0.21
ттк № 58	Кофейный напиток с молоком	170	2.48	2.74	13.12	83.91	0.03	1.11	0.02	0	102	102	76.5	0.09
пром	Хлеб "Крестьянский"	16.68	1.28	0.16	7.99	39.36	0.05	0	0	0	11.01	0	0	0.35
Завтрак № 2														
	Фрукты	170	1.53	0.34	13.77	68	0.07	102	0.02	0.34	57.8	39.1	22.1	0.51
Обед														
№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 2	Салат из свеклы с солёными огурцами	40	0.5	2.43	2.65	34.11	0.01	3.44	0	1.09	13.09	14.99	7.81	0.47
ттк № 15	Суп -лапша домашняя с курой	170/7	5.04	4.5	10.13	96.88	0.04	0.68	0.12	0.3	8.52	45.11	8.13	
ттк № 25	Котлета "Рыбка"	40	5.01	4.58	3.69	73.42	0.03	0.23	0.02	0.93	17.63	55.74	11.14	0.45
ттк № 53	Рагу из овощей	100	1.4	2.21	5.42	57.37	0.05	1.72	0.37	0.2	17.99	43.58	18.46	0.64
ттк № 61	Компот из свежих плодов	160	0.13	0.13	15.11	59.88	0.01	1.28	0	0.13	3.2	2.56	0.64	0.32
пром	Хлеб "Сила", обогащённый йодказеином	26	1.54	0.25	11.89	50.7	0.08	0	0	0	0	0	0	0
Полдник														
№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал,	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 42	Запеканка морковная с творогом	90	8.1	4.7	14.45	132.02	0.05	1.27	3.55	0.77	90.93	135	42.97	0.71
пром	Молоко сгущённое	15	1.08	1.27	8.4	48	0.01	0.15	0.01	0.03	46.05	32.85	5.1	0.03
пром.	Печенье	11.25	0	2.14	8.32	54.56	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Кисломолочный продукт	150	4.91	3.75	16.95	121.5	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб "Крестьянский"	16.68	1.28	0.16	7.99	39.36	0.05	0	0	0	11.01	0	0	0.35