

## МЕНЮ

День: 5

Возрастная категория: 3-7 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	Са	Р	Mg	Fe
тتك № 8	Икра кабачковая	50	1	4.5	4.27	61	0.01	3.5	0.08	1.55	20.5	18.5	7.5	0.35
тتك № 52	Колбаса отварная	45	5.47	9.19	0.64	107.6	0.09	0	0	0.14	11.61	71.29	8.81	0.68
тتك № 70	Макаронные изделия отварные	120	4.18	3.35	24.82	146.3	0.04	0	0.01	0.65	3.02	12.8	2.28	0.23
тتك № 58	Кофейный напиток с молоком	200	2.92	3.23	15.44	98.72	0.04	1.3	0.02	0	120	120	90	0.1
пром.	Хлеб "Крестьянский"	22.4	1.72	0.22	10.73	52.86	0.07	0	0	0	14.78	0	0	0.47
Завтрак № 2														
пром.	Сок	95	0.47	0	8.65	36.1	0.01	1.9	0	0	7.6	8.55	4.75	0.19
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	Са	Р	Mg	Fe
тتك № 5	Винегрет овощной	50	0.6	5.06	3.46	62.08	0.02	4.7	0.11	2.27	11	20.31	9.23	0.39
тتك № 18	Суп из овощей со сметаной	200/8	2.44	3.51	9.42	78.9	0.06	15.33	8.2	1	24.56	45.8	17.9	0.63
тتك № 28	Азу	180	13.95	4.72	17.74	169.5	0.11	6.26	0.1	1.42	21.1	173.12	37.12	2.6
тتك № 60	Компот из смеси сухофруктов	200	0.34	0	17.33	68.05	0	0.3	0	0.15	16.65	11.55	4.5	0
пром.	Хлеб "Сила", обогащённый йодказеином	32.5	1.92	0.31	14.87	63.38	0.1	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	Са	Р	Mg	Fe
тتك № 43	Пудинг творожный	110	15.32	9.98	15.19	213.5	0.05	0.22	2.72	1	147.4	208.22	22.11	0.58
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
тتك № 68	Крендель сахарный	60	3.96	7.71	33.38	219.4	0.06	0	0.05	0.76	9.54	36.16	5.26	0.48
пром.	Кисломолочный продукт	170	5.56	4.25	19.21	137.7	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб "Крестьянский"	22.4	1.72	0.22	10.73	52.86	0.07	0	0	0	14.78	0	0	0.47