

МЕНЮДень: **9**

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	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 11	Масло сливочное	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0	0	0.04	0.1	2.4	3	0	0.02
ттк № 51	Каша рисовая с маслом	184	4.17	6.92	24.16	175.49	0.04	1.25	0.04	0.13	117	147.2	96.07	0.32
ттк № 58	Чай с сахаром	200	0.12	0.03	10	37.9	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	14.8	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	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 22	Суп-пюре из разных овощей с гречками	200/16	4.2	4.56	21.73	146.36	0.13	6.59	0.52	0.25	72.8	73.88	44.58	1.11
ттк № 32	Суфле из кур	60	11.95	8.53	2.44	125.38	0.06	0.64	0.05	0.52	25.1	105.8	19.76	0.86
ттк № 55	Морковь в молочном соусе	100	1.62	1.9	15.96	82.57	0.04	1.45	1.69	0.37	50.6	74.04	51.93	0.6
ттк № 60	Компот из смеси сухофруктов 200гр,	200	0.34	0	17.33	68.05	0	0.3	0	0.15	16.7	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	Ca	P	Mg	Fe
ттк № 9	Горошек зеленый	50	1.55	0.1	3.25	20	0.05	5	0.03	0.1	10	31	10.5	0.35
ттк № 40	Рыба, запечённая в омлете	40/20	9.76	3.65	1.89	77.28	0.04	0.12	0.05	0.79	32.2	111.5	19.17	0.86
ттк № 59	Шанежка с картофелем	50	2.96	2.87	16.91	103.75	0.07	1.13	1.54	0.73	21.2	47.25	18.28	0.5
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	14.8	0	0	0.47