

Творожная запеканка с изюмом	50	7,05	4,86	5,9	96,6		82
Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,3	400

Меню для детей от 3 до 7 лет

1 день	Выход блюд	Пищевые вещества, энергетическая ценность(ккал)					
		белки	жиры	углеводы	к.калорий	витамин С	№ рецептуры
Макароны отварные с маслом	185	6,59	5,06	31,64	198		205
Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,6	136	0	1
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	4,4	392
2-й завтрак: Свежие фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	44		
Свекла отварная	40	0,67	0,04	3,92	19,2	6,4	422
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180/11	1,52	5,05	6,47	77,2		67
Плов из птицы	180	16,21	8,05	32,81	269	0,7	291
Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,000	00,8	97,1	5,4	376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	90,5		109

Творожная запеканка с изюмом	100	9,72	9,72	11,81	193,3	0,8	82
Молоко кипяченое	180	5,9	6,8	9,9	123	2,6	727

Итого за первый день		46,73	41,37	167,31	1262,8	20,3	
----------------------	--	-------	-------	--------	--------	------	--