

Меню 2 неделя Понедельник для детей 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
<b>день 6</b>					
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным	150/3	5,26	6,06	21,2
	Бутерброд с маслом	30/3	2,02	6,2	12,06
	Чай с сахаром	160/7	0,04	0,01	7,46
		<b>353</b>	<b>7,32</b>	<b>12,27</b>	<b>40,72</b>
<b>2 завтрак</b>	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>
<b>Обед</b>	Капуста тушеная	30	0,59	1,11	2,85
	Суп картофельный с макаронными изд. и мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32
	Шницель рубленный	50	7,92	5,89	8
	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,64	4,4	26,95
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	12,1
		<b>535</b>	<b>18,19</b>	<b>15,06</b>	<b>76,44</b>
<b>Полдник</b>	Булочка дорожная	60	4,26	8,88	33,66
	Чай с лимоном	180/3,5	0,08	0,01	8,52
		<b>243,50</b>	<b>4,34</b>	<b>8,89</b>	<b>42,18</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1281,5</b>	<b>30,6</b>	<b>36,2</b>	<b>174,5</b>

Вторник для детей 1-3 лет 2 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
день 7					
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	5,09	6,58	21,19
	Бутерброд с сыром	30/10	4,2	6,11	12,94
	Какао с молоком	160	3,36	2,89	13,82
		<b>353</b>	<b>12,65</b>	<b>15,58</b>	<b>47,95</b>
2 завтрак	Плоды свежие (банан)	100	1,5	0,5	21
		<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	160/5	6,66	5,06	10,3
	Тефтели	70	5,17	5,72	6,82
	Картофельное пюре	110	2,24	3,84	13,25
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	12,91
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,1
			<b>555,00</b>	<b>16,89</b>	<b>16,78</b>
Полдник	Запеканка из творога	80	14,03	9,64	13,72
	Соус фруктовый	50	0,47	0,03	6,7
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99
		<b>280,00</b>	<b>14,54</b>	<b>9,68</b>	<b>27,41</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1288,0</b>	<b>45,6</b>	<b>42,5</b>	<b>155,4</b>

среда 2 неделя для детей 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
<b>день 8</b>					
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая рисовая	150/3	5,25	4,27	26,3
	Бутерброд с повидлом	30/8	1,48	2,32	16,47
	Чай с молоком	160	2,37	2,08	12,71
		<b>351</b>	<b>9,10</b>	<b>8,67</b>	<b>55,48</b>
<b>2 завтрак</b>	Снежок	135	3,9	4,32	5,4
		<b>135</b>	<b>3,9</b>	<b>4,32</b>	<b>5,4</b>
<b>Обед</b>	Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,9	1,55	1,87
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	170	5,46	4,64	26,5
	Птица тушеная в соусе с овощами	170	8,18	5,24	15,57
	Компот из свежих плодов (груш)	160	0,13	0,1	19,2
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,33	0,35	14,12
		<b>565</b>	<b>17,00</b>	<b>11,88</b>	<b>77,26</b>
<b>Полдник</b>	Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	3,90	2,70	22,80
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
		<b>210,00</b>	<b>4,65</b>	<b>2,70</b>	<b>37,95</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1261,0</b>	<b>34,7</b>	<b>27,6</b>	<b>176,1</b>

четверг 2 неделя для детей 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
день 9					
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	4,11	5,55	22
	Бутерброд с маслом	30/3	2,02	6,2	12,06
	Кофейный напиток с молоком	160	2,53	2,13	12,76
		<b>356</b>	<b>8,66</b>	<b>13,88</b>	<b>46,82</b>
2 завтрак	Плоды свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	15,45
		<b>150,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>15,45</b>
Обед	Икра морковная	30	1,1	4,0	5,58
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3
	Рыба отварная	60	10,6	0,41	0,47
	Макаранные изделия отварные	110	4,18	0,55	22,88
	Компот из апельсинов	150	0,37	0,07	15,57
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,15	15
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		<b>565</b>	<b>23,74</b>	<b>8,98</b>	<b>82,86</b>
Полдник	Сырники из творога	80	14,95	10,13	9,12
	Соус молочный сладкий	50	0,95	2,25	6,5
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99
		<b>280,00</b>	<b>15,94</b>	<b>12,39</b>	<b>22,61</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1351,0</b>	<b>48,9</b>	<b>35,9</b>	<b>167,7</b>

пятница 2 неделя для детей 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
<b>день 10</b>					
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая пшеничная	150/3	3,15	2,89	22,8
	Бутерброд с сыром	30/10	4,2	6,11	12,94
	Какао с молоком	160	3,36	2,9	13,82
		<b>353</b>	<b>10,71</b>	<b>11,90</b>	<b>49,56</b>
<b>2 завтрак</b>	Йогурт питьевой фруктовый	120	3,48	3,84	4,8
		<b>120</b>	<b>3,48</b>	<b>3,84</b>	<b>4,80</b>
<b>Обед</b>	Огурец соленый	30	0,24	0	0,72
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	150/5	3,07	3,38	8,99
	Котлета мясная	60	11,1	10,42	4,28
	Овощи тушеные	110	2,75	3,75	10,72
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		<b>535</b>	<b>19,67</b>	<b>18,06</b>	<b>52,99</b>
<b>Полдник</b>	Омлет натуральный с маслом	130	11,7	11,09	8,88
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,04	7,5
		<b>295,00</b>	<b>12,86</b>	<b>11,14</b>	<b>23,37</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1303,0</b>	<b>46,7</b>	<b>44,9</b>	<b>130,7</b>