

**Меню горячего питания**

Возрастная категория :1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду : 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая со сливочным маслом	150	5,8	3,63	16,0	155,87	25
	Чай сладкий	150	0,09	0,00	1,09	36,48	53
	Конфета	30	0,81	1,29	24,7	107,43	
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/4	2,3	3,5	14,8	100,4	67
<b>Итого на завтрак</b>		<b>364</b>	<b>9,0</b>	<b>8,42</b>	<b>56,60</b>	<b>400,23</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69,0	60
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,2</b>	<b>69,0</b>	
<b>Обед</b>	Щи на м/б со сметаной	180/7	2,73	4,2	11,81	103,0	1
	Жаркое по домашнему с мясом	150	13,7	13,75	19,4	155,67	17
	Солёный (свежий) томат	40	0,28	0,0	0,84	5,2	64
	Напиток лимонный	150	0,05	0,0	11,48	46,22	56
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,22	11,76	55,78	66
<b>Итого на обед</b>		<b>557</b>	<b>18,2</b>	<b>18,2</b>	<b>55,3</b>	<b>365,87</b>	
<b>Полдник</b>	Кисель фруктовый	150	0,15	0,0	24,0	91,5	49
	Бутерброд с сыром	50	3,54	2,49	14,81	97,46	35
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>3,7</b>	<b>2,5</b>	<b>38,8</b>	<b>189,0</b>	
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>		<b>1271</b>	<b>31,65</b>	<b>29,27</b>	<b>165,9</b>	<b>1024,1</b>	