

Утверждаю:
Заведующий _____ Парасоцкая О.В.

Ежедневное меню на 09.10.2024г.
для детей возрастом от 3-7 лет

Прием пищи	Прием пищи	масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (к/кал)	Витамин С	№ рец
			Б	Ж	У			
завтрак	Суп молочный с пшеном	200	4.4	1.2	37.4	182	10.6	161
	Чай с сахаром	200	1.68	2.1	12.57	70.2	0.6	392
	Масло сливочное	5	0.05	3.6	0.05	33	0.1	пром
	Сыр твердый	6	2.56	2.61		3.43	0.07	пром
10-00	Бананы	100	0.32	0.32	8.15	39.12	8.25	
обед	Свекла	40	0.47	2.2		23.33	6	№45
	щи из свежих капусты с картофелем	200	1.39	3.9	6.78	67.8	14.77	№67
	Сердце	60	9.32	7.07	9.64	139	0.09	282
	Картофель отварной	130	3.52	3.69	23.6	158.35	18.16	
	компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	23.88	97.6	0.86	№631
полдник	Сдоба	80	9.33	2.78	34.7	191.2	0	466
	Варенец	200	4.4	4.75	7	85	1.05	401
на весь день	Хлеб ржаной	40	3.04	0.36	18.68	85.44		пром
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	106.8		пром
			44.76	35.51	213.95	1521.39	68.8	