

УТ  
Заведующий \_\_\_\_\_ Парасол

Ежедневное меню на 10.10.2024г.

для детей возрастом от 3-7 лет

Прием пищи	Прием пищи	масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (к/кал)	витамины
			Б	Ж	У		
<b>День: 1</b>							
завтрак	каша ячневая жидкая с маслом	200	4.39	4.2	33.19	220	
	Чай с сахаром	200	0.15		11.25	43.5	0.45
	Масло сливочное	5	0.05	3.6	0.05	33	0.1
10-00	Яблоко	100	0.32	0.32	8.15	39.12	8.25
обед	Свекла	40	0.47	2.2		23.33	6
	Суп - харчо	200	2.12	3.5	12.57	145.61	4.65
	макароны отварные	100	7.57	4.63	36.31	217.00	0.00
	Компот	200	0.46	0.2	22.46	110.73	0.9
	Котлеты, рубленные из свинины	60	9.32	7.07	9.64	139	0.09
полдник	сырники из творога со сгущ.молоком	80/15	18.69	12.67	23.4	234	0.25
	кофейный напиток с молоком	200	4.85	2.41	14.36	91	1.17
на весь день	Хлеб ржаной	50	3.8	0.45	23.35	106.8	
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	32.69	149.52	
<b>Итого за первый день:</b>			<b>42.23</b>	<b>44.45</b>	<b>174.01</b>	<b>1727.38</b>	<b>11.44</b>

верждаю:  
цкая О.В.

**№ рец**

185

392

пром

пром

№45

154

№205

376

282

№231

395

пром

пром