



**15.01.2024г.**

Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Эн. Ценность (ккал)
	Дети от 1,5 до 3	Дети от 3 до 7	Б	Ж	У	
<b><u>Завтрак</u></b>						
Каша «Дружба» (рис, пшено) молочная	150	180	4,8\5	6,4\7	24\34	210\230
Какао на сгущенном молоке	150	180	4,4\5,2	4,4\5,2	39,8\30,9	125,1\185,0
Сыр порционный	10	12	2,8\3	2,6\3,2	0\0	34,9\41,1
Батон пшеничный	30	40	2,1\3,2	0,2\0,4	14,49\19,5	71\96,8
Масло сливочное	4	5	0,4\0,09	3,2\8,7	1,2\0,15	33\79,3
<b><u>Второй завтрак</u></b>						
Фрукты	95	100	0,7\0,7	0,2\0,2	7,9\7,9	49\49
<b><u>Обед</u></b>						
Борщ со сметаной на курином бульоне	150	180	2,3\4,2	4,8\5,2	6\10,1	93\134
Биточек мясной	50	70	3\3,4	8\11,6	2,4\4,0	96,0\121,6
Гарнир картофельное пюре	110	130	1,5\2,5	0,6\5,5	12,0\10,2	60,0\98,0
Огурцы консервированные	40	50	1,4\0,6	0\0,15	1,5\3,6	8,05\1,5
Сок фруктовый	150	180	0,7\0,9	0,1\0,1	14,0\18,1	64,0\82,8
Хлеб пшеничный высшего сорта, ржаной	20\20	25\25	2,84\3,2	0,6\0,4	13,12\19,5	81,9\96,8
<b><u>Полдник</u></b>						
Ватрушка с повидлом	50	80	6,7\4,5	2,7\3,9	22\41	147\183,4
Молоко кипяченое	150	180	4,58\5,4	4,08\5,9	7,58\8,8	85\108,9
<b><u>Ужин</u></b>						
Овощное рагу с мясом курицы	150	200	10,9\14,7	9,0\9,0	15,0\25,6	185,6\170,6
Хлеб пшеничный высшего сорта	30	40	2,1\3,2	0,2\0,4	14,49\19,5	71,0\96,8
Чай с сахаром + витамин «С»	150	200	0,06\0,2	0,02\0	10,0\14,0	40,0\56,0