




**Меню для детей 1-3 года  
«24» января 2024 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша манная молочная	150	3,97	4,3	21,22	155,0	1,47	88,0
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,0	12,0	75,8	0,98	395
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	80,0	0	5
	Масло сливочное	10	0,04	4,12	0,04	74,8	0	6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>340</b>	<b>8,66</b>	<b>10,66</b>	<b>48,02</b>	<b>385,0</b>	<b>2,45</b>	
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,38	0,38	9,31	41,8	15,0	368
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,31</b>	<b>41,8</b>	<b>15,0</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,68	3,3	3,6	52,0	6,5	33
	Суп «Харчо» на курином бульоне	180	3,57	4,45	15,33	130,0	6,48	101
	Мясо кур отварное (порционно)	40	10,12	6,52	0,0	99,2	0,0	300
	Капуста тушёная	120	2,48	3,9	11,3	102,0	20,6	336
	Компот из сухофруктов	150	0,27	0,07	0,05	1,9	0,14	392
	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	140,0	0	1
<b>Итого за обед</b>		<b>570,0</b>	<b>19,57</b>	<b>25,79</b>	<b>44,9</b>	<b>525,10</b>	<b>33,72</b>	
Уплотнённый полдник	Ватрушка с повидлом	70	3,88	6,69	11,0	132,0	0,02	458
	Картофель в молоке	150	3,3	6,4	180,6	160,0	8,6	127
	Чай сладкий	150	0,27	0,06	0,05	1,9	0,14	391
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	80,0	0	5
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>400</b>	<b>9,73</b>	<b>13,39</b>	<b>206,41</b>	<b>373,9</b>	<b>8,76</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1405</b>	<b>38,34</b>	<b>50,22</b>	<b>308,64</b>	<b>1325,8</b>	<b>59,93</b>	

Повара:

 /Шевченко М.Н./

 /Дыганова С.В./