

**Меню приготавливаемых блюд, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

**День 6**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Возрастная категория: 1-3 лет</b>							
Завтрак	Каша манная молочная (крупа манная, молоко, соль йодир., сахар-песок)	150	5,9	3,2	27,5	162,4	268
	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар-песок)	165	1,4	1,3	9,9	62,0	508
	Батон с маслом (батон, масло сливочное)	30/5	2,3	4,2	15,1	111,7	100
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>9,6</b>	<b>8,6</b>	<b>52,5</b>	<b>336,1</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,8	0,2	15,2	69,0	537
Обед	Салат (соленый огурец, лук репчатый, зел горошек)	30	0,5	1,7	1,1	21,7	32
	Суп крестьянский с крупой (картофель, хлопья овсяные, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	150	1,1	3,1	5,4	53,9	160
	Бефстроганов из говядины (говядина, соус белый основной, сметана, лук репч., соль йодиров.)	50	7,5	10,2	2,6	132,2	372
	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	110	3,3	2,8	14,3	99,8	243
	Компот из свежих плодов и ягод замороженных (вишня, клубника, черная смородина, черноплодная рябина, вода, сахар-песок)	150	0,2	0,1	19,1	78,3	530
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	114
<b>Итого за обед:</b>		<b>520</b>	<b>14,9</b>	<b>18,2</b>	<b>57,3</b>	<b>456,4</b>	
Полдник	Молоко пит. ультрапастеризованное	200	5,8	5	9,4	120	535
	Печенье	50	4,3	0,1	6,8	28,1	

<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>10,1</b>	<b>5,1</b>	<b>16,2</b>	<b>148,1</b>	
<b>Ужин</b>	<b>Котлета Любительская рыбная с маслом сливочным (филе трески, морковь, яйца, лук репч. молоко, масло подсолнечное, соль йодир.)</b>	50/10	1,3	11,0	3,1	116,4	352
	<b>Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)</b>	110	2,2	3,3	14,7	97,1	434
	<b>Напиток из шиповника</b>	200	0,6	0,3	17,3	74,0	538
	<b>Хлеб ржаной</b>	30	2,0	0,3	12,3	53,3	115
<b>Итого за ужин:</b>		<b>400</b>	<b>6,1</b>	<b>14,8</b>	<b>47,4</b>	<b>340,8</b>	
<b>Итого за 6 день:</b>			<b>41,5</b>	<b>46,9</b>	<b>188,5</b>	<b>1350,4</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Возрастная категория: 3-7 лет</b>							
<b>Завтрак</b>	<b>Каша манная молочная (крупа манная, молоко, соль йодир., сахар-песок)</b>	160	6,3	3,4	29,4	173,2	268
	<b>Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар-песок)</b>	200	1,8	1,7	13,2	75,2	508
	<b>Батон с маслом (батон, масло сливочное)</b>	30/10	2,3	7,9	15,1	144,7	100
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>400</b>	<b>10,5</b>	<b>12,9</b>	<b>57,7</b>	<b>393,1</b>	
<b>Второй завтрак</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>92,0</b>	537
<b>Обед</b>	<b>Салат (соленый огурец, лук репчатый, зел горошек)</b>	50	0,8	2,9	1,8	36,2	32
	<b>Суп крестьянский с крупой (картофель, хлопья овсяные, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)</b>	180	1,3	3,7	6,5	64,7	160
	<b>Бефстроганов из говядины (говядина, соус белый основной, сметана, лук репч., соль йодиров.)</b>	70	10,6	14,3	3,6	185,0	372

	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, масло слив., соль йод.)	130	3,9	3,4	16,9	117,9	243
	Компот из свежих плодов и ягод замороженных (вишня, клубника, черная смородина, черноплодная рябина, вода, сахар-песок)	180	0,3	0,1	22,9	94,0	530
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,3	53,3	115
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	114
<b>Итого за обед:</b>		<b>670</b>	<b>21,1</b>	<b>24,9</b>	<b>78,8</b>	<b>621,7</b>	
Полдник	Молоко пит. ультрапастеризованное	200	5,8	5,0	9,4	120,0	535
	Конфета	30	0,6	3,6	22,8	126,0	
	Печенье	50	4,3	0,1	6,8	28,1	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>280</b>	<b>10,7</b>	<b>8,7</b>	<b>39,0</b>	<b>274,1</b>	
Ужин	Котлета Любительская рыбная с маслом сливочным (филе трески, морковь, яйца, лук репч. молоко, масло подсолнечное, соль йодир.)	70/10	1,8	12,5	4,3	136,5	352
	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	130	2,7	3,8	17,4	114,7	434
	Напиток из шиповника	200	0,6	0,3	17,3	74,0	538
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	114
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,2	40,0	115
<b>Итого за ужин:</b>		<b>450</b>	<b>7,9</b>	<b>17,0</b>	<b>57,0</b>	<b>412,2</b>	
<b>Итого за 6 день:</b>			<b>51,1</b>	<b>63,6</b>	<b>252,7</b>	<b>1793,1</b>	