

**Меню на 12 июля 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)  
Вторник**

№	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углевод ы, г	
<b>Завтрак</b>						
1	Каша вязкая «Дружба» на молоке	200	5,53	6,29	26,71	178,90
2	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
3	Какао на молоке	180	4,23	3,94	19,86	126,81
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>13,32</b>	<b>18,78</b>	<b>72,62</b>	<b>441,17</b>
<b>Завтрак</b>						
4	Кисло-молочная продукция	180	5,22	4,5	7,56	92
		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,5</b>	<b>7,56</b>	<b>92</b>
<b>Обед</b>						
5	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,44	46,85
6	Борщ красный со сметаной	250	2,29	4,69	17,69	117,74
7	Суфле из кур	120	11,90	11,32	0,835	271,2
8	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
9	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
10	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>670</b>	<b>19,79</b>	<b>19,10</b>	<b>72,49</b>	<b>694,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
11	Картофель, запеченный в сметане	180	4,142	6,896	30,77	194,02
12	Огурец солёный	40	0	0	1,6	6
13	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
14	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,66	8,5	54,8
15	печенье	25	1,7	45	16,2	115,0
16	Свежий фрукт	100	0,46	0,51	14,7	47,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>9,632</b>	<b>10,606</b>	<b>83,52</b>	<b>419,3</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1850</b>	<b>47,96</b>	<b>52,98</b>	<b>236,19</b>	<b>1646,8</b>

