

**Меню на 10 апреля 2024 год (возрастная группа с 3-7 лет)**  
**Среда**

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход Г | Пищевые вещества |        |             | Энергическая ценность ккал |
|-------------|-------------------|---------|------------------|--------|-------------|----------------------------|
|             |                   |         | Белки г          | Жиры г | Углеводы, г |                            |
| 1           | 2                 | 3       | 4                | 5      | 6           | 7                          |

***Завтрак***

|  |                                 |            |              |              |              |               |
|--|---------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|  | Суп молочный гречневый          | 200        | 5,97         | 5,48         | 17,08        | 141,6         |
|  | Бутерброд с маслом              | 40         | 2,45         | 7,55         | 14,62        | 136,0         |
|  | сыр                             | 10         | 2,32         | 2,95         | -            | 36,0          |
|  | Кофейный напиток злак.на молоке | 180        | 3,41         | 3            | 18,67        | 110,59        |
|  | <b>ИТОГО</b>                    | <b>455</b> | <b>14,15</b> | <b>18,98</b> | <b>18,67</b> | <b>424,19</b> |

***2 завтрак***

|  |              |            |             |             |             |             |
|--|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|  | Свежий фрукт | 100        | 0,46        | 0,51        | 14,7        | 47,0        |
|  | <b>ИТОГО</b> | <b>100</b> | <b>0,46</b> | <b>0,51</b> | <b>14,7</b> | <b>47,0</b> |

***Обед***

|  |                            |            |              |              |               |               |
|--|----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
|  | Салат из свежей капусты    | 50         | 0,643        | 3,478        | 4,432         | 50,49         |
|  | Рассольник «Ленинградский» | 200        | 1,74         | 4,09         | 13,32         | 97,2          |
|  | Рагу из кур                | 210        | 14,46        | 20,23        | 20,21         | 316,05        |
|  | Компот из с/фруктов        | 180        | 0,39         | 0,018        | 24,9          | 101,7         |
|  | Хлеб пшеничный             | 30         | 2,37         | 0,3          | 14,49         | 70,5          |
|  | Хлеб ржаной                | 50         | 3,3          | 0,6          | 16,7          | 87,0          |
|  | <b>ИТОГО</b>               | <b>700</b> | <b>22,91</b> | <b>44,28</b> | <b>176,46</b> | <b>722,94</b> |

***Уплотнённый полдник***

|  |                       |             |              |              |               |                |
|--|-----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|  | Суфле из рыбы         | 120         | 15,74        | 7,97         | 10,90         | 177,1          |
|  | Салат «Агенчык»       | 40          | 0,71         | 3,64         | 2,64          | 45,92          |
|  | Хлеб пшеничный        | 20          | 1,58         | 0,2          | 9,6           | 47,0           |
|  | Чай б/сахара          | 180         | 0,36         | 0,09         | 0,07          | 2,5            |
|  | вафля                 | 24          | 0,52         | 0,68         | 18,6          | 77,96          |
|  | <b>ИТОГО</b>          | <b>384</b>  | <b>18,91</b> | <b>12,58</b> | <b>41,81</b>  | <b>350,48</b>  |
|  | <b>Всего за день:</b> | <b>1639</b> | <b>56,43</b> | <b>76,35</b> | <b>251,64</b> | <b>1544,61</b> |

**Меню на 10 апреля 2024 год (возрастная группа до 3-х лет)**  
**Среда**

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход Г | Пищевые вещества |        |             | Энергическая ценность ккал |
|-------------|-------------------|---------|------------------|--------|-------------|----------------------------|
|             |                   |         | Белки г          | Жиры г | Углеводы, г |                            |
| 1           | 2                 | 3       | 4                | 5      | 6           | 7                          |

***Завтрак***

|  |                                 |            |              |               |              |                |
|--|---------------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
|  | Суп молочный гречневый          | 150        | 4,5          | 4,11          | 12,81        | 106,2          |
|  | Бутерброд с маслом              | 25         | 1,2          | 3,8           | 7,31         | 68,0           |
|  | сыр                             | 5          | 1,16         | 1,5           | -            | 18,0           |
|  | Кофейный напиток злак.на молоке | 150        | 2,837        | 2,474         | 15,57        | 92,004         |
|  | <b>ИТОГО</b>                    | <b>355</b> | <b>9,697</b> | <b>11,884</b> | <b>15,57</b> | <b>284,204</b> |

***2 завтрак***

|  |              |           |            |            |             |             |
|--|--------------|-----------|------------|------------|-------------|-------------|
|  | Свежий фрукт | 75        | 0,3        | 0,3        | 7,35        | 33,0        |
|  | <b>ИТОГО</b> | <b>75</b> | <b>0,3</b> | <b>0,3</b> | <b>7,35</b> | <b>33,0</b> |

***Обед***

|  |                            |            |             |              |              |               |
|--|----------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
|  | Салат из свежей капусты    | 40         | 0,510       | 2,580        | 2,916        | 36,193        |
|  | Рассольник «Ленинградский» | 150        | 1,3         | 3,07         | 9,99         | 72,9          |
|  | Рагу из кур                | 140        | 9,641       | 13,49        | 13,530       | 210,741       |
|  | Компот из с/фруктов        | 150        | 0,33        | 0,015        | 20,83        | 84,75         |
|  | Хлеб пшеничный             | 20         | 1,58        | 0,2          | 9,6          | 47,0          |
|  | Хлеб ржаной                | 40         | 2,64        | 0,48         | 13,36        | 69,6          |
|  | <b>ИТОГО</b>               | <b>550</b> | <b>16,0</b> | <b>19,84</b> | <b>70,22</b> | <b>521,18</b> |

***Уплотнённый полдник***

|  |                       |             |              |              |               |               |
|--|-----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
|  | Суфле из рыбы         | 120         | 15,74        | 7,97         | 10,90         | 177,1         |
|  | Салат «Агенчык»       | 40          | 0,71         | 3,64         | 2,64          | 45,92         |
|  | Хлеб пшеничный        | 20          | 1,58         | 0,2          | 9,6           | 47,0          |
|  | Чай б/сахара          | 150         | 0,36         | 0,09         | 0,07          | 2,1           |
|  | вафля                 | 20          | 0,52         | 0,68         | 18,6          | 107           |
|  | <b>ИТОГО</b>          | <b>350</b>  | <b>18,91</b> | <b>12,58</b> | <b>41,81</b>  | <b>379,12</b> |
|  | <b>Всего за день:</b> | <b>1330</b> | <b>44,91</b> | <b>44,63</b> | <b>228,09</b> | <b>1217,5</b> |