



# МЕНЮ на 20

10 день



| Наименование блюд<br><b>10 ДЕНЬ</b><br>Вторая неделя, пятница | Объем порций (г)<br>возраст |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------|-----------------------------------|
|                                                               | Ясли (1-3 года)             | Сад (3-7 лет) |                                   |
|                                                               | Ясли/сад                    |               |                                   |
| <u>Завтрак</u>                                                |                             |               |                                   |
| Каша геркулесовая молочная                                    | 180                         | 180           | 180,42/ 180,42                    |
| Какао со сгущенным<br>молоком                                 | 150                         | 200           | 40,69/ 41,63                      |
| Батон                                                         | 30                          | 40            | 65,28/ 88,48                      |
| Масло сливочное                                               | 5                           | 5             | 37,37/37,37                       |
| <u>Второй завтрак</u>                                         |                             |               |                                   |
| Сок фруктовый                                                 | 150                         | 180           | 63,0/ 81                          |
| <u>Обед</u>                                                   |                             |               |                                   |
| Салат свекольный                                              | 30                          | 50            | 29,55/46,12                       |
| Суп картофельный с<br>вермишелью на мясном<br>бульоне         | 150                         | 200           | 157,7/ 175,07                     |
| Тефтели из говядины<br>(Ежики)                                | 110                         | 130           | 228,75/313,20                     |
| Компот из свежих яблок                                        | 150                         | 200           | 48,56/ 58,71                      |
| Хлеб ржаной                                                   | 50                          | 50            | 102,5/ 102,5                      |
| <u>Уплотненный полдник</u>                                    |                             |               |                                   |
| Кнели рыбные                                                  | 60                          | 70            | 72,35/85,77                       |
| Картофельное пюре                                             | 110                         | 130           | 126,71/144,26                     |
| Чай с соком                                                   | 150                         | 200           | 42,16/72,48                       |
| Батон                                                         | 20                          | 20            | 69,6/ 69,6                        |
| Яблоко                                                        | 95                          | 100           | 39,9/ 42                          |
| Итого за день:                                                |                             |               | 1254,54/ 1473,21                  |