

(Меню осень-зима (Завтраки))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша жидкая на молоке (гречневая) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное дп, крупа гречневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-15
20	Сыр мягкий для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	кКал-36, Бел-2, Жир-3, Угл-1
200	Какао-напиток <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное дп, сахар-песок, какао порошок</i>	кКал-260, Бел-10, Жир-10, Угл-32
40	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую <i>яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-63, Бел-5, Жир-5
30	Хлеб зерновой пшеничный	кКал-50, Бел-3, Жир-1, Угл-9
10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	кКал-19, Бел-1, Угл-4
Итого за Завтрак		кКал-538, Бел-25, Жир-23, Угл-61
Итого за день		кКал-538, Бел-25, Жир-23, Угл-61

(Меню осень-зима (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный на мясном бульоне с лапшой <i>картофель, морковь, лук репчатый, макароны, масло сливочное обогаченное, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-157, Бел-5, Жир-9, Угл-12
95	Биточки из говядины <i>говядина охлажденная, хлеб зерновой пшеничный, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</i>	кКал-167, Бел-6, Жир-7, Угл-5
150	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное обогаченное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-188, Бел-26, Жир-47, Угл-209
80	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) <i>морковь, масло подсолнечное дп, сахар-песок</i>	кКал-62, Бел-1, Жир-4, Угл-5
200	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов) <i>сухофрукты, сахар-песок</i>	кКал-33, Угл-10
30	Хлеб зерновой пшеничный	кКал-50, Бел-3, Жир-1, Угл-9
10	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	кКал-19, Бел-1, Угл-4
Итого за Обед		кКал-676, Бел-42, Жир-68, Угл-254
Итого за день		кКал-676, Бел-42, Жир-68, Угл-254