

**МЕНЮ**  
**9 февраля**  
**Завтрак :**

| Наименование<br>блюда                               | Масса<br>Порции |        | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |        | Витамин |      |
|-----------------------------------------------------|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
|                                                     | ясли            | сад    | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |        | С       |      |
|                                                     |                 |        | я                | с    | я    | с    | я      | с     | ясли                       | сад    | ясли    | сад  |
| Каша геркулесовая<br>молочная с маслом<br>сливочным | 140/3           | 180/3  | 5,79             | 7,44 | 6,28 | 8,07 | 26,29  | 33,80 | 185,66                     | 238,71 | 0,67    | 0,86 |
| Кофейный напиток с<br>молоком                       | 180/6           | 180/6  | 2,85             | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35  | 10,35 | 74,58                      | 74,58  | 1,17    | 1,17 |
| Бутерброд с маслом<br>сливочным, с сыром            | 25/5/5          | 30/5/5 | 2,53             | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92  | 15,49 | 115,67                     | 128,77 | 0,07    | 0,07 |

**2-ой Завтрак:**

|        |     |     |      |      |      |      |      |      |       |       |       |       |
|--------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| Фрукты | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,00 | 10,00 |
|--------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|

**Обед:**

|                                                      |     |     |       |       |      |       |       |       |        |        |      |      |
|------------------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| Салат из кукурузы к/с                                | 30  |     | 0,86  |       | 1,85 |       | 2,41  |       | 29,79  |        | 2,79 |      |
| Икра кабачковая                                      |     | 50  |       | 0,45  |      | 2,35  |       | 2,97  |        | 34,80  |      |      |
| Суп картофельный с<br>клецками на курином<br>бульоне | 150 | 180 | 2,58  | 3,10  | 2,86 | 3,44  | 11,27 | 13,53 | 89,36  | 107,24 | 3,45 | 4,14 |
| Плов из отварной<br>птицы                            | 150 | 200 | 12,71 | 11,19 | 7,85 | 10,93 | 26,80 | 31,80 | 229,00 | 282,55 | 4,52 | 0,18 |
| Компот из свежих<br>яблок                            | 150 | 180 | 0,12  | 0,14  | 0,12 | 0,14  | 20,91 | 25,09 | 85,95  | 103,14 | 2,85 | 0,81 |
| Хлеб пшеничный                                       | 30  | 35  | 2,28  | 1,90  | 0,24 | 0,20  | 14,77 | 12,30 | 70,57  | 58,75  | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб ржаной                                          | 35  | 45  | 2,31  | 2,97  | 0,42 | 0,54  | 13,85 | 17,84 | 69,23  | 89,10  |      |      |

**Полдник:**

|                                                       |     |     |      |      |      |      |      |       |       |       |      |      |
|-------------------------------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| Кисломолочный<br>напиток<br>(ацидофильный<br>напиток) | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56  | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
| Кондитерское<br>изделие(печенье)                      |     | 20  |      | 1,50 |      | 1,96 |      | 14,88 | *     | 83,40 |      |      |

**Ужин:**

|                   |       |       |      |      |      |      |       |       |        |        |       |       |
|-------------------|-------|-------|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|
| Котлеты рыбные    | 50    | 70    | 6,41 | 8,99 | 3,41 | 4,26 | 5,58  | 7,82  | 72,63  | 101,72 | 0,33  | 0,46  |
| Пюре картофельное | 120   | 140   | 2,47 | 2,88 | 6,01 | 6,65 | 16,39 | 19,12 | 129,60 | 147,90 | 14,53 | 16,96 |
| Чай с сахаром     | 150/5 | 180/6 | 0,06 | 0,06 | 0,02 | 0,02 | 5,01  | 6,01  | 19,95  | 23,94  | 0,03  | 0,03  |
| Хлеб пшеничный    | 30    | 30    | 2,28 | 2,66 | 0,24 | 0,28 | 14,77 | 17,22 | 70,57  | 82,25  | 0,00  | 0,00  |