

**МЕНЮ**  
**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ. Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ, ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ**  
**ДЕНЬ 14**

Сборник рецептов	Номер технологической карты	Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Витамины, мг С
			Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак (время приема 8.30-9.00)</b>									
2008	503	КАША ЯЧНЕВАЯ		250	6,2	7,1	23,6	183,8	0,1
2008	505	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		200	2,3	1,9	13,6	81,8	0,3
2008	1	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ		30	2,3	6,7	15,5	131,0	0
					<b>10,8</b>	<b>15,7</b>	<b>52,7</b>	<b>396,6</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак (время приема 10.30-11.00)</b>									
2008	570	ФРУКТЫ (Апельсин)		70	0,6	0	5,7	30,1	30,0
		СОК ФРУКТОВЫЙ		100	1,1	0,1	12,2	54,3	0
					<b>1,7</b>	<b>0,3</b>	<b>17,9</b>	<b>84,4</b>	
<b>Обед (время приема 12.00-13.00)</b>									
2008	572	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ		60	0,5	0,1	1,5	8,2	2,8
2008	537	СУП ПО-ЯКУТСКИ		250	8,6	8,2	21,7	194,2	5,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 2		220	17,5	18,1	36,8	380,4	10,9
2008	529	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ		200			14,6	58,1	50,0
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	0
					<b>28,1</b>	<b>20,9</b>	<b>88,6</b>	<b>742,9</b>	<b>69,3</b>
<b>Полдник (время приема 15.30-16.00)</b>									
2008	541	БАТОН С ДЖЕМОМ		30/20	3,2	5,3	18,7	133,9	0
2008	434	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ МОЛОКО НАТУРАЛЬНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ		200	5,2	4,5	7,2	95,4	0,9
					<b>8,4</b>	<b>9,8</b>	<b>25,9</b>	<b>229,3</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин (время приема 18.30-19.00)</b>									
2008	567	ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ 2		80	14,4	9,9	38,3	301,4	0
2008	508/1	САЛАТ МОРКОВНЫЙ		114,5	1,1	2,0	5,6	46,2	2,0
2008	139	ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ		50	3,7	0,3	24,3	114,8	0
2008	430	ЧАЙ С МАРМЕЛАДОМ		200/30	0	0	31,1	77,7	0
					<b>18,1</b>	<b>10,2</b>	<b>45,8</b>	<b>543,9</b>	<b>2,0</b>
		<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>69,6</b>	<b>67,2</b>	<b>247,5</b>	<b>1 904,0</b>	<b>76,9</b>