



17.11.2021 г.

**ТРЕТИЙ ДЕНЬ**

УТВЕРЖАЮ:

Заведующий кафедрой Д/С-К/В № 3  
А.А. СОКОЛ



МЕНЮ	ВОЗРАСТ		КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витаминный состав (мг)			Минеральные вещества		
	САД	(порция, гр)				В1	С	Ca	Fe		

**ЗАВТРАК**

Кисель витаминизированный	50,0		18,5/0,0/0,0/4,6			1,08	4,0	0,48	0		
Суп молочный с крупой	200,0		146,0/5,26/5,7/18,98			0,076	0,92	164,4	0,36		
Чай с молоком (1-й вариант)	180,0		72,9/1,17/1,35/14,31			0,36	1,17	114,3	0,36		
Вафли	45,0		157,5/1,485/1,26/34,785	0,045	0,045	0,014	0,0	7,2	0,675		
Хлеб пшеничный	20,0		47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,0	0,22		

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**

Сок яблочный	150,0		69,0/0,15/0,75/15,15	0,150	0,150	0,015	3,0	10,5	2,1		
--------------	-------	--	----------------------	-------	-------	-------	-----	------	-----	--	--

**ОБЕД**

Капуста квашеная	64,0		40,3/3,06/1,098/1,83			0,0122	18,3	29,28	0,366		
Суп из овощей с фасолью	200,0		62,6/3,52/2,94/12,22			0,088	12,56	39,8	1,16		
Бефстроганов из отварной говядины	40,0		163,0/10,16/16,32/1,68			0,037	0,533	21,32	1,759		
Соус сметанный	40,0		46,120/4,252/0,616/1,352			0,007	0,028	16,960	0,044		
Каша гречневая	100,0		168,7/5,23/5,7/24,72			0,14	0,00	9,50	3,03		
Хлеб пшеничный	20,0		47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,00	0,22		
Хлеб ржаной	35,0		60,90/0,42/2,31/11,69	0,035	0,035	0,063	0,00	12,25	1,365		

**ПОЛДНИК**

Овощи натуральные соленые	81,0		16,2/0,081/0,891/2,84			0,008	12,15	8,1	0,891		
Рыба отварная	80,0		63,20/0,56/14,24/0,32			0,048	0,48	18,40	0,32		
Картофельное пюре	100,0		92,00/4,40/2,10/10,90			0,09	3,40	26,00	0,70		
Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	180,0		71,10/2,43/2,88/14,31			0,036	1,17	113,40	0,09		
Хлеб пшеничный	20,0		47,00/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,00	4,00	0,22		

