

Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

6 день

06.10.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
Итого за прием пищи:	350	10,20	11,60	55,10	367,80
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) №261	60	6,56	3,06	1,54	60,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60
Итого за прием пищи:	540	14,77	11,14	59,34	363,92
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ №227	64	7,82	7,11	0,42	97,56
ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5	50	0,90	4,30	3,80	57,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	294	11,02	11,61	30,62	271,26
Всего за день:	1284	36,49	34,48	154,86	1044,68