



Согласовано:

Директор

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

3 день. 29.10.2015

| Наименование пищи, наименование блюда                                                                                  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                         |              |                  |              |               |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20         | 34,30         | 237,00                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20         | 169,50                        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00         | 11,40         | 46,50                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>350</b>   | <b>8,11</b>      | <b>15,70</b> | <b>65,90</b>  | <b>453,00</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>                                                                                                      |              |                  |              |               |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13         | 9,80          | 41,70                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>100</b>   | <b>0,50</b>      | <b>0,13</b>  | <b>9,80</b>   | <b>41,70</b>                  |
| <b>Обед</b>                                                                                                            |              |                  |              |               |                               |
| 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                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70         | 10,10         | 61,40                         |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06         | 1,54          | 60,00                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 110          | 6,20             | 4,60         | 28,00         | 182,70                        |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>540</b>   | <b>17,47</b>     | <b>9,84</b>  | <b>71,84</b>  | <b>449,82</b>                 |
| <b>Полдник</b>                                                                                                         |              |                  |              |               |                               |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108                                                                                     | 150          | 0,70             | 0,75         | 4,00          | 26,42                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20         | 9,64          | 46,72                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00         | 11,30         | 45,00                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>320</b>   | <b>2,26</b>      | <b>0,95</b>  | <b>24,94</b>  | <b>118,14</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                  | <b>1310</b>  | <b>28,34</b>     | <b>26,62</b> | <b>172,48</b> | <b>1062,66</b>                |