

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

Согласовано:

Директор: *Муромов*

Утверждено:

Директор: *Муромов*

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

2 день

13.01.2016

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80	103		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3		2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411		2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>11,65</b>	<b>18,12</b>	<b>49,60</b>	<b>370,40</b>			
<b>II Завтрак</b>								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399		2011
<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	1,2,3,4,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90	43		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60	304		2016
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00	136		2016
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50	247		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>14,11</b>	<b>11,24</b>	<b>78,30</b>	<b>439,22</b>			
<b>Полдник</b>								
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10		
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413		2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>3,70</b>	<b>3,60</b>	<b>50,40</b>	<b>250,20</b>			
<b>Всего за день:</b>	<b>1205</b>	<b>29,96</b>	<b>33,09</b>	<b>188,10</b>	<b>1101,52</b>			