



Согласовано:

Директор: *Меркулов*

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

1 день

09.02.2016

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
А ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	150	7,80	7,40	28,30	200,55	101	
БЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БЕРОДС МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
Итого за прием пищи:	350	13,50	16,40	59,10	434,35		
II Завтрак							
ГРУШИ СВЕЖИЕ (ЯБЛЮКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед							
И ПО СЕЗОНУ (или супец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или и соевый, или свежая отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1.2.3.4.5	
КЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47	
КА, ГУШЕПНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10	319	
С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
К ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
К РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
Итого за прием пищи:	520	12,71	9,08	52	305,52		
Полдник							
МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30	85 а	
К ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
Итого за прием пищи:	330	7,40	4,60	39,86	234,88		
Итого за день:	1300	34,01	30,48	160,46	1020,35		