

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

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

3 день

Уч. Д. 2026

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

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	237,00	102	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	169,50	1	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	46,50	412	2016
Итого за прием пищи:	350	8,11	15,70	453,00		
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	41,70	399	2011
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,13	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	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	61,40	86	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЦАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106)	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	60/88,33	261	2016
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	182,70	165	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	39,60	7	
Итого за прием пищи:	540/530	17,47/17,35	9,84/12,83	71,84/79,4	449,82/478,15	
Полдник						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЖКА № 108	150	0,70	0,75	26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №11	150	0,00	0,00	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	320	2,26	0,95	118,14		
Всего за день:	1310/1300	28,22/28,1	26,62/29,61	172,48/180,04	1062,66/1090,99	

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЖКА № 108	150	0,70	0,75	26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №11	150	0,00	0,00	45,00	411	2016
Итого за прием пищи:	320	2,26	0,95	118,14		
Всего за день:	1310/1300	28,22/28,1	26,62/29,61	172,48/180,04	1062,66/1090,99	