

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

Согласовано:

Директор: *Муромова*

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

8 день

*В. С. С. 2016*



Утверждаю:

Директор:

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ репер-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША вязкая молочная из риса и пшени, дружба с маслом №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80	103	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/3/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>14,15</b>	<b>19,62</b>	<b>48,90</b>	<b>389,70</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	
ПИЩА, тушенная в соусе с овощами № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10	319	
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
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>520</b>	<b>14,11</b>	<b>8,44</b>	<b>55,90</b>	<b>326,72</b>		
<b>Полдник</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30	85 а	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>6,46</b>	<b>4,50</b>	<b>34,94</b>	<b>210,02</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1285</b>	<b>35,22</b>	<b>32,69</b>	<b>149,54</b>	<b>968,14</b>		