

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор: *А.И. Мухоморова*

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

4 день

26.02.2016

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
НА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	180	5,50	3,10	28,00	156,40	185	2011
БЕЛЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №114	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
БЕРРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
ито за прием пищи:	410	12,90	12,30	58,10	393,60		
II Завтрак							
БУЛКИ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,4	0,4	9,5	45,6	386	2016
ито за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Обед							
щи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или лук соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
Щ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	180	1,30	3,60	9,00	74,25	63	2016
ОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	150	25,40	27,30	25,30	454,30	321	
СЕЛЬ №247	180	1,20	0,00	26,00	105,00	247	2011
БЕ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
БЕ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
ито за прием пищи:	620	32,92	31,60	91,56	784,43		
Полдник							
ПШЕНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	130/30	13,13	12,00	34,06	272,50	154	
Й С МОЛОКОМ №413	180	3,00	2,50	15,60	97,60	413	2016
ито за прием пищи:	340	16,13	14,50	49,66	370,10		
ито за день:	1470	62,35	58,80	208,32	1593,73		

