

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

Согласовано:

Директор: *В.И. Маслова*

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

7 дней

03.03.2026



Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00	102	
САО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
БЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
<b>го за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>12,25</b>	<b>17,60</b>	<b>62,00</b>	<b>467,70</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ЛЕТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
<b>го за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>		
<b>Обед</b>							
щи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или лук соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
1 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
ПЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	50	8,00	7,20	8,30	130,80	322	2016
КАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	110	4,10	6,70	25,00	179,30	219	2016
1 С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
ЗБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ЗБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>го за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>16,97</b>	<b>16,08</b>	<b>75,40</b>	<b>517,22</b>		
<b>Полдник</b>							
ЮЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)	150	5,00	4,16	6,70	190,00		
<b>го за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>11,16</b>	<b>32,9</b>	<b>375,6</b>		
<b>го за день:</b>	<b>1180</b>	<b>39,22</b>	<b>45,24</b>	<b>179,80</b>	<b>1406,12</b>		