



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

Согласовано:
 Директор: *Меркулова*

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

7 день
 03.03.2016

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПА ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	180	5,70	9,80	41,20	284,50	102	
КАО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80	416	2016
ПЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
ито за прием пищи:	410	14,20	20,10	73,20	544,90		
II Завтрак							
УКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
ито за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед							
иши по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или реп. соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
П КАРТОФЕЛЬНЫЙ СКРУТОЙ (пшено) № 86	180	1,60	2,10	12,10	73,60	86	2016
Т ЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	70	12,84	11,60	13,30	209,30	322	2016
КАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	130	4,90	7,90	29,60	211,90	219	2016
Й С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00	13,70	55,80	412	2016
ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
ВБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
ито за прием пищи:	670	24,56	22,30	99,96	701,48		
Полдник							
ЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
СЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)	200	6,66	5,55	8,88	253,30		
ито за прием пищи:	250	11,36	12,55	35,08	438,90		
ито за день:	1430	50,52	55,35	217,74	1730,88		