



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

Согласовано:  
 Директор: *Муромов*

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

8 день *04.03.2016*

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ репер-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
1А ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА, ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103	
БЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
ЭРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
<b>о за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>16,10</b>	<b>22,90</b>	<b>58,50</b>	<b>457,80</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
<b>о за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,70</b>	<b>62,60</b>		
<b>Обед</b>							
ди по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или квас соленый, или свежая отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43	
ЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00	319	
ПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
Б ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
Б РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
<b>о за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>18,02</b>	<b>10,30</b>	<b>73,66</b>	<b>432,68</b>		
<b>Полдник</b>							
МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	180	5,90	5,20	16,80	142,00	85 а	
С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
Б ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
<b>о за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>8,34</b>	<b>5,50</b>	<b>45,56</b>	<b>269,08</b>		
<b>о за день:</b>	<b>1595</b>	<b>43,26</b>	<b>38,90</b>	<b>192,42</b>	<b>1222,16</b>		