

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

Согласовано:

Директор: *Мерисов*

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

4 день

12.03.2016

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
ША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАШНАЯ) №185	180	5,50	3,10	28,00	156,40	185 2011
ВЕЙНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414 2016
БЕБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2 2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>12,90</b>	<b>12,30</b>	<b>58,10</b>	<b>393,60</b>	
<b>II Завтрак</b>						
КУТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,4	0,4	9,5	45,6	386 2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>45,6</b>	
<b>Обед</b>						
ЩИ по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или лук солевой, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5
ЩИ 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
БЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6
БЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>32,92</b>	<b>31,60</b>	<b>91,56</b>	<b>784,43</b>	
<b>Полдник</b>						
ПШЕВНИК 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>340</b>	<b>16,13</b>	<b>14,50</b>	<b>49,66</b>	<b>370,10</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1470</b>	<b>62,35</b>	<b>58,80</b>	<b>208,82</b>	<b>1593,73</b>	

