

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

Редакция:

Автор: ДЛР

Документов

Согласовано:

Директор: *А.С.Савельев*

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

6 дней.

16.03.2026

Прием пищи, или наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
1А ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00	185	2011
БЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
ЗЕРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
о за прием пищи:	350	10,20	11,60	55,10	367,80		
II Завтрак							
ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
о за прием пищи:	100	0,50	0,13	9,80	41,70		
Обед							
ви по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или ц соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
13 СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47	
А, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В АТНОМ СОУСЕ ТТК №106)	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	1,54/9,1	60/88,33	261/106	2016
ТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00	136	2016
ПОГ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
3 ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
3 РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
о за прием пищи:	540/530	14,77/14,65	11,14/14,13	59,34/66,9	426,92/455,25		
Полдник							
3 ВАРЕНОЕ № 227	64	7,82	7,11	0,42	97,56	227	2016
А КАБАЧКОВАЯ №5	50	0,90	4,30	3,80	57,70	5	2016
3 ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00	6	
С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
о за прием пищи:	294	11,02	11,61	30,62	271,26		
о за день:	1284/1274	36,53/36,41	34,58/37,57	154,22/161,78	1106,76/1135,09		