



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

Согласовано:

Директор: *Муромов*

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

10 день *20.03.2016*

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00	185	2011
ЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БЪРОДС ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
за прием пищи:	350	11,40	10,80	49,50	339,90		
II Завтрак							
ТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед							
по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или соевый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	2016
С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80	63	2016
ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70	321	
ЮГ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
за прием пищи:	500	26,51	23,98	58,70	548,22		
Полдник							
ПЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60	154	2016
О С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
за прием пищи:	280	13,20	11,90	39,30	298,70		
за день:	1230	51,51	47,08	157,00	1232,42		