



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

Утверждаю:

Согласовано:

Директор:

Директор:

*Л.И.Иванова*

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

3 день

25.08.2026

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00	102	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,11</b>	<b>15,70</b>	<b>65,90</b>	<b>453,00</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЛЬДОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,13</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	2016
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106 )	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	1,54/9,1	60/88,33	261	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540/530</b>	<b>17,47/17,35</b>	<b>9,84/12,83</b>	<b>71,84/79,4</b>	<b>449,82/478,15</b>		
<b>Полдник</b>							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00	26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>2,26</b>	<b>0,95</b>	<b>24,94</b>	<b>118,14</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1310/1300</b>	<b>28,22/28,1</b>	<b>26,62/29,61</b>	<b>172,48/180,04</b>	<b>1062,66/1090,99</b>		