



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

Согласовано:

Директор:

*Меркулова*

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

8 день 01.04.2016

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Уг.леводл, г  |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                          | 180          | 8,70             | 13,70        | 28,40         | 220,60                        | 103          |                  |
| ФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                    | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414          | 2016             |
| ПЕРЬОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                        | 30/5/10      | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 3            | 2016             |
| <b>ого 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>                                                                                                |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| К ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                  | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70         | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>ого 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>                                                                                                      |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| щи по сезону (или огуец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или реп. соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| П КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                           | 180          | 4,00             | 3,80         | 11,70         | 97,00                         | 43           |                  |
| ИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                            | 180          | 9,00             | 5,80         | 16,70         | 129,00                        | 319          |                  |
| МПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                   | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00         | 55,80                         | 53           |                  |
| ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                 | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                            | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>ого 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>                                                                                                   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| П МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                            | 180          | 5,90             | 5,20         | 16,80         | 142,00                        | 85 а         |                  |
| Й С САХАРОМ №411                                                                                                 | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                 | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| <b>ого за прием пищи:</b>                                                                                        | <b>390</b>   | <b>8,34</b>      | <b>5,50</b>  | <b>45,56</b>  | <b>269,08</b>                 |              |                  |
| <b>ого за день:</b>                                                                                              | <b>1595</b>  | <b>43,26</b>     | <b>38,90</b> | <b>192,42</b> | <b>1222,16</b>                |              |                  |