



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

Утверждено: \_\_\_\_\_  
 Директор: *Ложанинов*

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

4 день *09.04.2016*

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185   | 150          | 4,50             | 2,60         | 24,30         | 134,00                        | 185          | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 150          | 2,50             | 1,50         | 10,60         | 64,30                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)   | 30/20        | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 2            | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>350</b>   | <b>11,40</b>     | <b>10,80</b> | <b>49,50</b>  | <b>339,90</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386  | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         | 386          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или отурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или отурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08         | 2,70          | 12,90                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63   | 150          | 1,20             | 3,00         | 7,50          | 61,80                         | 63           | 2016             |
| ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ №321  | 130          | 22,00            | 20,50        | 19,00         | 340,70                        | 321          |                  |
| КИСЕЛЬ №247  | 150          | 1,10             | 0,00         | 24,20         | 97,50                         | 247          | 2011             |
| 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>500</b>   | <b>27,61</b>     | <b>23,98</b> | <b>71,30</b>  | <b>599,22</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ЛАШЕННИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладым) № 154   | 100/30       | 10,10            | 9,20         | 26,20         | 209,60                        | 154          |                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413   | 150          | 2,30             | 1,90         | 11,70         | 73,20                         | 413          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>280</b>   | <b>12,40</b>     | <b>11,10</b> | <b>37,90</b>  | <b>282,80</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1230</b>  | <b>51,81</b>     | <b>46,28</b> | <b>168,20</b> | <b>1267,52</b>                |              |                  |