



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

Согласовано:

Директор: *Муромова*

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

8 день *15.04.2016*

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
САША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103	
СОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
СУТЕРРОД С СЫРОМ №3 (БАЛОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
Итого за прием пищи:	405	16,10	22,90	58,50	457,80		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60		
Обед							
юшки по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или гурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
УП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00	319	
ОМЛЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
ЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧЬИЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
Итого за прием пищи:	650	18,02	10,30	73,66	432,68		
Полдник							
УП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧЕВОЙ № 85 а	180	5,90	5,20	16,80	142,00	85 а	
АЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
ЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
Итого за прием пищи:	390	8,34	5,50	45,56	269,08		
Итого за день:	1595	43,26	38,90	192,42	1222,16		