



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

Согласовано:
 Директор: *Алмасова*

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

3 день *20.05.2026*

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ репер-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
АША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00	102	
УТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
АЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412	2016
того за прием пищи:	350	8,11	15,70	65,90	453,00		
II Завтрак							
ОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
того за прием пищи:	100	0,50	0,13	9,80	41,70		
Обед							
овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или урен соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
УП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
БЕА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОГЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ОМАТНОМ СОУСЕ ГТК №106)	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	1,54/9,1	60/88,33	261	2016
АША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
ОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
ЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧЬИЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
того за прием пищи:	540/530	17,47/17,35	9,84/12,83	71,84/79,4	449,82/478,15		
Полдник							
АША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00	26,42	108	
ЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
АЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
того за прием пищи:	320	2,26	0,95	24,94	118,14		
того за день:	1310/1300	28,22/28,1	26,62/29,61	172,48/180,04	1062,66/1090,99		