



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

Согласовано:
Директор: *Муромов*

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

3 день 01.04.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-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	
УТЕРЬРОД 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
Итого за прием пищи:	350	8,11	15,70	65,90	453,00		
II Завтрак							
ЮК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,13	9,80	41,70		
Обед							
Зювца по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или гурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
ЩЕБ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В СОМАТНОМ СОУСЕ ГТК №106)	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	1,54/9,1	60/88,33	261	2016
САША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
СОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53	
СЛЕВ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
СЛЕВ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
Итого за прием пищи:	540/530	17,47/17,35	9,84/12,83	71,84/79,4	449,82/478,15		
Полдник							
САША 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
Итого за прием пищи:	320	2,26	0,95	24,94	118,14		
Всего за день:	1310/1300	28,22/28,1	26,62/29,61	172,48/180,04	1062,66/1090,99		