

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

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

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

8 день

05.08.2016

| Принем пищи, наименование блюда                                                                                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША вязкая МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                                 | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                              | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 345          | 14,15            | 19,62   | 48,90       | 389,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК 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                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                                  | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                   | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| 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            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 520          | 14,11            | 8,44    | 55,90       | 326,72                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                    | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                        | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 320          | 6,46             | 4,50    | 34,94       | 210,02                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1285         | 35,22            | 32,69   | 149,54      | 968,14                           |              |                     |