

Утверждаю:

Директор: 

Согласовано:

Директор: _____

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

8 день

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая
ценность, ккал

№ рецеп-туры

Сборник
рецептур

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 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 КРУПОЙ 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