



Утверждаю:  
Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор: \_\_\_\_\_

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

10 день

*Н.Н.А.В.*

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00	185	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,40</b>	<b>10,80</b>	<b>49,50</b>	<b>339,90</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>		
<b>Обед</b>							
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	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80	63	2016
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70	321	
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>26,51</b>	<b>23,98</b>	<b>58,70</b>	<b>548,22</b>		
<b>Полдник</b>							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60	154	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>13,20</b>	<b>11,90</b>	<b>39,30</b>	<b>298,70</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1230</b>	<b>51,51</b>	<b>47,08</b>	<b>157,00</b>	<b>1232,42</b>		