



05.05.26

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

2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник 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 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) | 30/5/10 | 4,40 | 6,70 | 14,60 | 141,60 | 3 | 2016 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,30 | 45,00 | 411 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 345 | 11,65 | 18,12 | 49,60 | 370,40 | | |
| 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 | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304 | 50/30 | 3,40 | 3,80 | 4,30 | 64,60 | 304 | 2016 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136 | 110 | 3,00 | 3,80 | 19,40 | 97,00 | 136 | 2016 |
| КИСЕЛЬ №247 | 150 | 1,10 | 0,00 | 24,20 | 97,50 | 247 | 2011 |
| 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: | 560 | 14,11 | 11,24 | 78,30 | 439,22 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ВАФЛИ №10 | 50 | 1,40 | 1,70 | 38,70 | 177,00 | 10 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413 | 150 | 2,30 | 1,90 | 11,70 | 73,20 | 413 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 3,70 | 3,60 | 50,40 | 250,20 | | |
| Всего за день: | 1205 | 29,96 | 33,09 | 188,10 | 1101,52 | | |