

Утверждено:
Директор:



Согласовано:
Заведующий:



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

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00	102	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
ЧАЙ 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

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 КРУПНОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40	86	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106	60/50	6,56/6,44	3,06/6,05	1,54/9,1	60/88,33	261	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70	165	2011
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:	480	10,91	6,78	70,3	389,82		

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества	
		Белки, г	Жиры, г
Завтрак			
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	180	5,70	9,80
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00
Итого за прием пищи:	410	9,10	17,30

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20

Обед

Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (пшено) №86	180	1,60	2,10
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106	80/70	8,74/9,03	4,07/9,17
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	130	7,30	5,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30
Итого за прием пищи:	680/670	22,66/22,95	12,37/17,47

Полдник