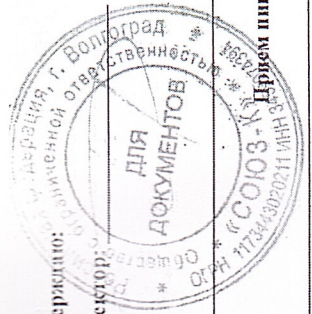


Утверждено:
Директор:



Согласовано:
Директор:



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

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101 | 180 | 9,45 | 8,90 | 33,75 | 240,66 | 101 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414 | 180 | 3,00 | 2,50 | 15,50 | 95,60 | 414 | 2016 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН) | 40/10 | 3,20 | 7,50 | 20,20 | 169,50 | 1 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 410 | 15,65 | 18,90 | 69,45 | 505,76 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 45,60 | 386 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 45,60 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста красная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50 | 0,80 | 0,10 | 4,40 | 21,40 | 1,2,3,4,5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47 | 180 | 2,30 | 4,50 | 7,40 | 73,44 | 47 | |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319 | 180 | 9,00 | 5,80 | 16,70 | 129,00 | 319 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 57,00 | 411 | 2016 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 6 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 650 | 16,42 | 11,00 | 69,66 | 410,32 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а | 180 | 5,90 | 5,20 | 16,80 | 142,00 | 85 а | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 6 | |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412 | 180 | 0,20 | 0,00 | 13,70 | 55,80 | 412 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 390 | 8,44 | 5,50 | 44,96 | 267,88 | | |
| Всего за день: | 1550 | 40,91 | 35,80 | 193,57 | 1229,56 | | |

20.05.2016