



СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор

АНО ОО «АКАДЕМИЯ»

И.В.Зимарева

МЕНЮ

ясли 1,5 - 3 года

09.04.24г

НЕДЕЛЯ 2					
Приложение № 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20					
День 7 (Вторник)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	1.1	4.2	15.7	104.1
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.1	2.5	12.2	84.8
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.6	4.7	17.6	118.2
Итого за прием пищи:	335	5.7	11.4	45.5	307.0
II Завтрак					
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0
Итого за прием пищи:	100	0.4	0.4	9.8	47.0
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0.4	2.0	3.5	34.1
СУП ИЗ БОБОВЫХ	150	2.6	2.7	9.7	73.3
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	15.7	15.9	3.1	218.0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3.1	3.9	13.9	103.0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.5	0.1	23.8	98.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.3	0.2	8.5	40.8
Итого за прием пищи:	590	25.8	25.0	77.5	638.5
Полдник					
КИСЕЛЬ	150	0.1	0.1	20.9	84.8
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.8	0.5	29.8	138.8
Итого за прием пищи:	200	3.8	0.6	50.7	223.5
Ужин					
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	1.7	2.8	11.4	77.7
БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	55	8.8	11.9	0.0	142.3
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0.2	0.0	19.3	78.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
Итого за прием пищи:	295	11.4	14.8	35.7	322.4
Всего за день:		47.1	52.2	219.2	1 538.4