



СОГЛАСОВАНО
 Генеральный директор
 АНО ОО «АКАДЕМИЯ»
 И.В.Зимарева

МЕНЮ
 ясли 1,5 - 3 года

11.04.24

НЕДЕЛЯ 2					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 9 (Четверг)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	155	3.9	5.1	17.3	131.1
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2.6	2.2	11.1	74.7
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.1	8.4	7.5	110.0
Итого за прием пищи:	370	12.7	20.3	36.1	378.8
II Завтрак					
АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43.0
Итого за прием пищи:	100	0.9	0.2	8.1	43.0
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1.8	3.7	2.8	51.8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1.2	3.8	5.5	63.6
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	160	9.2	17.8	11.4	242.8
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	18.9	76.5
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:	555	15.9	25.6	62.1	546.6
Полдник					
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	60	3.5	6.7	36.6	223.2
РЯЖЕНКА	150	0.5	0.2	13.8	68.4
Итого за прием пищи:	210	4.0	6.9	50.5	291.6
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	25	0.2	0.0	0.4	3.3
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	80	4.5	7.5	9.4	122.5
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	5.4	7.6	1.5	95.5
ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0.2	0.1	12.5	49.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
Итого за прием пищи:	343	11.0	15.2	28.7	294.8
Всего за день:		44.5	68.2	185.5	1 554.8