

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор

АНО ОО «АКАДЕМИЯ»

И.В.Зимарева



## МЕНЮ

ясли 1,5 - 3 года

*17.04.24*

### НЕДЕЛЯ 1

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

#### День 3 (Среда)

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	3.8	6.0	16.4	135.6
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.2	11.1	74.7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4.5	8.7	7.4	131.0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>340</b>	<b>10.9</b>	<b>16.9</b>	<b>34.8</b>	<b>341.3</b>
<b>II Завтрак</b>					
АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43.0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0.9</b>	<b>0.2</b>	<b>8.1</b>	<b>43.0</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ЯБЛОК	40	0.3	2.0	3.1	32.5
СУП С БОБОВЫМИ	180	4.6	3.2	13.4	101.5
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2.9	3.8	30.8	168.9
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50/50	15.7	15.9	3.1	218.0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0.4	0.2	20.5	86.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.3	0.2	8.5	40.8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>27.5</b>	<b>25.5</b>	<b>94.3</b>	<b>719.6</b>
<b>Полдник</b>					
БЛИНЫ	70	4,8	8,2	29,1	208,9
КИСЕЛЬ	150	4.5	1.5	6.3	60.0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>10.3</b>	<b>12.4</b>	<b>38.4</b>	<b>309.8</b>
<b>Ужин</b>					
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1.0	2.4	7.5	56.1
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	28,5	19,0	24,6	391,2
ЧАЙ С САХАРОМ	152/10	0.2	0.1	12.6	50.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>277</b>	<b>4.6</b>	<b>7.3</b>	<b>40.6</b>	<b>245.0</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>54.2</b>	<b>62.3</b>	<b>216.2</b>	<b>1 658.6</b>