



СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор

АНО ОО «АКАДЕМИЯ»

И.В. Зимарева

МЕНЮ

ясли 1,5 - 3 года

*10.06.24***НЕДЕЛЯ 2**

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

День 6 (Понедельник)

| Прием пищи, наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---------------|------------------|-------------|--------------|----------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МАННАЯ | 155 | 2.5 | 3.4 | 16.8 | 107.3 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/7/3 | 0.1 | 0.0 | 7.0 | 28.7 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 3.9 | 7.7 | 10.3 | 126.2 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 6.4 | 11.1 | 34.1 | 262.3 |
| 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 40 | 0.6 | 4.0 | 3.0 | 50.8 |
| СУП КУРИНЫЙ | 150 | 9.8 | 15.0 | 9.5 | 214.0 |
| БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | 50 | 14.2 | 2.9 | 0.4 | 85.0 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 80 | 2.1 | 0.3 | 13.7 | 65.6 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 520 | 30.7 | 22.7 | 70.5 | 614.1 |
| Полдник | | | | | |
| ПИРОЖОК С ВИШНЕЙ | 60 | 2.8 | 2.4 | 16.1 | 97.2 |
| РЯЖЕНКА | 150 | 0.1 | 0.0 | 18.1 | 74.9 |
| Итого за прием пищи: | 210 | 2.9 | 2.4 | 34.2 | 172.1 |
| Ужин | | | | | |
| ПЛОВ | 150 | 16.7 | 17.4 | 23.6 | 318.1 |
| МОРС КЛЮКВЕННЫЙ | 150/5 | 0.2 | 0.1 | 12.5 | 49.8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 10 | 0.8 | 0.1 | 5.0 | 23.7 |
| Итого за прием пищи: | 315 | 17.6 | 17.6 | 41.1 | 391.6 |
| Всего за день: | | 58.6 | 54.0 | 187.9 | 1 483.0 |