



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

**МЕНЮ**  
 ясли 1,5 - 3 года

13.06.24

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	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>370</b>	<b>12.7</b>	<b>20.3</b>	<b>36.1</b>	<b>378.8</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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>15.9</b>	<b>25.6</b>	<b>62.1</b>	<b>546.6</b>
<b>Полдник</b>					
КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	60	3.5	6.7	36.6	223.2
РЯЖЕНКА	150	0.5	0.2	13.8	68.4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>4.0</b>	<b>6.9</b>	<b>50.5</b>	<b>291.6</b>
<b>Ужин</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>343</b>	<b>11.0</b>	<b>15.2</b>	<b>28.7</b>	<b>294.8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>44.5</b>	<b>68.2</b>	<b>185.5</b>	<b>1 554.8</b>