



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

МЕНЮ

сад 3 - 7 лет

20.06.24

НЕДЕЛЯ 1					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 4 (Четверг)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200	7.0	9.0	33.9	245.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	2.4	17.1	103.5
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2.4	6.1	26.4	168.3
Итого за прием пищи:	450	12.5	17.5	77.4	516.9
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 СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2.7	5.5	4.2	77.7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	7.2	6.9	14.3	148.1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	14.0	13.6	15.4	241.8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.5	0.1	28.5	117.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	20.1	94.7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
Итого за прием пищи:	680	29.5	26.6	95.1	741.5
Полдник					
КИСЕЛЬ	200	0.1	0.1	27.9	113.0
ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОМ	70	3.7	1.5	46.7	215.8
Итого за прием пищи:	270	3.8	1.6	74.6	328.8
Ужин					
СВЕЖИИ ПОМИДОР	70	0.6	0.1	1.7	9.8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.2	140.1
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	10.8	3.1	6.4	96.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0.1	0.0	10.0	41.7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4
Итого за прием пищи:	507	16.1	8.7	48.3	335.2
Всего за день:		62.3	54.8	305.3	1 969.3