



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

МЕНЮ

ясли 1,5 - 3 года

16.05.24.

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"	150	4.7	7.5	20.1	168.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2.3	1.8	11.3	71.4
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.6	4.7	17.6	118.2
Итого за прием пищи:	335	8.6	14.0	49.0	357.6
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	40	1.8	3.7	2.8	51.8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	5.4	5.2	10.7	111.1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	11.5	12.9	15.4	225.7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.5	0.1	23.8	98.3
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:	540	22.8	22.2	76.2	598.7
Полдник					
КИСЕЛЬ	150	0.1	0.1	20.9	84.8
ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОМ	50	2.7	1.1	33.4	153.9
Итого за прием пищи:	200	2.8	1.1	54.4	238.7
Ужин					
СВЕЖИЙ ПОМИДОР	30	0.2	0.0	0.8	4.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0.1	0.0	7.0	28.7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.3	4.0	14.9	103.1
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	9.0	2.5	6.1	82.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
Итого за прием пищи:	370	12.3	6.6	33.7	242.5
Всего за день:		46.8	44.3	223.1	1 484.4