



СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор

САО ОО «АКАДЕМИЯ»

И.В.Зимарева

МЕНЮ

ясли 1,5 - 3 года

22.05.24

НЕДЕЛЯ 2					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 8 (Среда)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	4.5	5.4	20.6	149.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2.3	1.8	11.3	71.4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	89.8
Итого за прием пищи:	325	8.4	11.9	42.2	311.0
II Завтрак					
БАНАН	100	1.5	0.5	21.0	96.0
Итого за прием пищи:	100	1.5	0.5	21.0	96.0
Обед					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1.1	2.4	3.1	38.5
РАССОЛЬНИК	150	1.5	3.2	11.1	79.3
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	1.0	2.6	10.8	70.9
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	19.3	3.7	9.1	146.3
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:	525	16.1	18.4	70.9	515.7
Полдник					
КЕФИР	150	4.5	0.2	6.0	46.5
КЕКС "ДЕТСКИЙ"	75	4.3	15.8	38.7	314.5
Итого за прием пищи:	225	8.8	16.0	44.7	361.0
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	55	2.7	4.7	15.4	114.8
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.5	6.3	41.1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0.0	0.0	4.8	19.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
Итого за прием пищи:	250	4.1	6.3	31.6	199.0
Всего за день:		38.8	53.1	210.4	1 482.7