

2 день

*ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

возрастная группа 1-3 лет

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ Детского сада № 389
 И.В. Климкина

номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, грамм	Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<i>Завтрак</i>						
4.8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	3,93	5,64	19,45	123,25
2021/189/8	Багон	25	1,95	0,75	13,32	58,75
7.435/6	Сыр	7	1,67	1,72	0	22,78
7.067	Кофейный напиток на молоке	150	2,1	2,11	12,87	87,85
Итого за прием:		332	9,65	10,22	45,64	292,67
<i>Второй завтрак</i>						
7.183-1	Банан	100	1,05	0,07	15,26	63,13
Итого за прием:		100	1,05	0,07	15,26	63,13
<i>Обед</i>						
7.098	Помидор порционный	30	0,38	0,07	1,77	8,18
7.14/2/3	Суп из овощей со сметаной	150	1,14	4,08	7,17	75,32
7.н019	Котлета из мяса кури	60	8,84	9,01	5,28	152,03
7.64с/4	Картофельное пюре	100	1,97	2,5	14,61	94,68
7.5/10/2	Компот из чернослива и изюма	150	0,24	0	15,51	63,75
7.002/1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,54	54,3
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02	46,2
Итого за прием:		540	16,2	16,2	66,9	494,46
<i>Полдник</i>						
7.11/3/3	Морковь тушеная с рисом и изюмом	100	2,02	7,68	25,55	186,11
4.10/10	Чай	150	0	0	6,81	28,48
7.16/12	Ватрушка со сметаной	60	5,96	9,27	31,4	257,86
Итого за прием:		310	7,98	16,95	63,76	472,45
Итого за день:		1282	34,88	43,44	191,56	1322,71