



УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
МБДОУ д/с № 26 «Василек»
Л.А. Снежинская

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	150	7,1	8,6	15,4	165,8	232
День 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	13,94	52,15	264
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,5	4,2	7	98,2	1
Итого за завтрак		360	8,6	12,8	36,34	316,15	
2 завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	100	0,4	0	9,2	45,5	418
Итого за 2 завтрак		100	0,4	0	9,2	45,5	
Обед	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ	40	1,69	1,82	5,3	42,3	136
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	150	3,96	4,92	13,92	95,8	145
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	4,8	18	102,5	304
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,9	3,65	6,86	79,37	264
	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,2	0	35,8	142	640
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,11	7,38	34,65	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,3	0,4	9,88	50,98	
Итого за обед		555	15,79	15,70	97,14	547,60	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	1,22	1,55	17,45	65,2	10.10.12
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	3,5	4,2	7,1	85,2	420
Итого за полдник		210	4,72	5,75	24,55	150,4	
Итого за 5 день			29,51	34,25	167,23	1059,65	