



д/с № 26 «Василек»
Т.Е. Телепнева

МЕНЮ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	14,8	15,6	32,5	325,2	366
День 2	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	15,47	57,89	264
Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,22	6,14	12,99	123,98	3
Итого за завтрак		440	19,02	21,74	60,96	507,07	
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	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	1,17	2,29	6,14	49,85	55
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	2,76	5,16	17,16	122,95	131
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,12	5,85	18,2	144,8	339
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	80	8,3	6,7	10,8	136,21	255
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	200	0,6	0,6	13,99	67,33	636
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,19	12,3	57,75	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,52	0,47	11,56	59,65	
Итого за обед		720	18,37	21,26	90,15	638,54	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	2,04	2,59	29,14	108,88	10.10.12
	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	5,86	6,5	12,07	135,73	419
Итого за полдник	Итого за прием пищи:	250	7,90	9,09	41,21	244,61	
Итого за 2 день			45,69	52,09	201,52	1435,72	