УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
МБДОУ д/с № 26 «Василек»
_____ Т.Г. Резинько

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| **Неделя 2** | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,4 | 4,1 | 22,1 | 113,5 | 199 |
| **День 3** | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,25 | 3,59 | 14,2 | 98,8 | 416 |
| **Завтрак** | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,17 | 4,62 | 9,77 | 93,22 | 3 |
| **Итого за завтрак** | | **360** | **9,82** | **12,31** | **46,07** | **305,52** | |
| **2 завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) | 100 | 1,5 | 0,5 | 20,95 | 88,51 | 386 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **100** | **1,5** | **0,5** | **20,95** | **88,51** | |
| **Обед** | ИКРА МОРКОВНАЯ | 40 | 0,94 | 1,84 | 4,93 | 40,04 | 55 |
| | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 150 | 2,3 | 4,3 | 14,3 | 84,5 | 131 |
| | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 120 | 1,4 | 4,49 | 13,14 | 100,98 | 148 |
| | ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 60 | 5,4 | 4,7 | 4,2 | 78,5 | 251 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,83 | 85 | 394 |
| | 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** | | **565** | **12,81** | **15,86** | **74,66** | **474,65** | |
| **Полдник** | СОЧНИК С ТВОРОГОМ | 50 | 3,98 | 3,74 | 5,2 | 62,8 | 665 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,28 | 5,86 | 10,87 | 122,28 | 419 |
| **Итого за полдник** | | **230** | **9,26** | **9,60** | **16,07** | **185,08** | |
| **Итого за 3 день** | | | **33,39** | **38,27** | **157,75** | **1053,76** | |
| | | | | | | | |