



СОГЛАСОВАНО
 Генеральный директор
 АНО ОО «АКАДЕМИЯ»
 И.В. Зимарева

МЕНЮ
 ясли 1,5 - 3 года
03.04.24

НЕДЕЛЯ 1					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 3 (Среда)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	3.8	6.0	16.4	135.6
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.6	2.2	11.1	74.7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4.5	8.7	7.4	131.0
Итого за прием пищи:	340	10.9	16.9	34.8	341.3
II Завтрак					
АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43.0
Итого за прием пищи:	100	0.9	0.2	8.1	43.0
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ЯБЛОК	40	0.3	2.0	3.1	32.5
СУП С БОБОВЫМИ	180	4.6	3.2	13.4	101.5
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2.9	3.8	30.8	168.9
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50/50	15.7	15.9	3.1	218.0
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:	640	27.5	25.5	94.3	719.6
Полдник					
БЛИНЫ	70	4,8	8,2	29,1	208,9
КИСЕЛЬ	150	4.5	1.5	6.3	60.0
Итого за прием пищи:	210	10.3	12.4	38.4	309.8
Ужин					
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1.0	2.4	7.5	56.1
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	28,5	19,0	24,6	391,2
ЧАЙ С САХАРОМ	152/10	0.2	0.1	12.6	50.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0.8	0.1	5.0	23.7
Итого за прием пищи:	277	4.6	7.3	40.6	245.0
Всего за день:		54.2	62.3	216.2	1 658.6