

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 4

М.В.Повечерова

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

для ЯСЛЕЙ от 1-х до 3 лет

день: восьмой

дата:

день: восьмой

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
4,5	6,13	21,98	179,3	0,42	каша жидкая молочная из манной крупы	150
2,32	3,865	14,825	103,55	0	бутерброд с маслом 30/5	35
2,84	2,41	14,35	90,54	0,17	кофейный напиток с молоком	180
9,66	12,405	51,155	373,39	0,59	Итого	365

2 ЗАВТАК

0,5	0	10,1	42,4	40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	42,4	40	Итого	100

Обед

0,85	1,95	17,5	21,99	0	сарат карт. С луком	30
1,35	3,58	6,15	63,3	5,34	щи из свежей капусты с картофелем и	155
6,4	4,52	2,22	82,5	8,48	Запеканка из печени с рисом	50
0,41	1,05	1,42	16,76	0,07	Соус сметанный	20
0,5	0,07	24	99,6	0,55	компот из смеси сухофруктов с витами	150
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
12,6	11,83	67,66	371,82	14,44	Итого	455

ПОЛДНИК

4,32	1,76	41,67	201	0,03	Ватрушка с повидлом	75
0,5	0,01	11,24	45	0,3	чай с сахаром	160
4,82	1,77	52,91	246	0,33	Итого	235
27,58	26,005	181,825	1033,61	55,36	Всего на день	1155