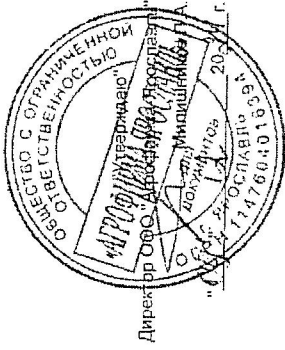


"Согласовано"

Заведующий МДОУ

*Светлана С. А.*  
"10" 02 2024 г.



Меню для возрастной группы сад 1,3-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-чедкая	Витамины							Минеральные вещества							№ рецеп-туры
		Белки, Жиры, Углево-Ды, г				В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	F, мг	Se, мг		
		г	г	г																
<b>Завтрак</b>																				
Каша овсяная молочная	150	5	8	25	188	0,20	0,95	31,20	0,10	0,15	112,30	42,40	0,22	45,30	0,0	0,01	0	199		
Чай с низким содержанием сахара	180	0	0	3	54	0	0,1	0	0	0,01	5,15	4,4	0,01	15,1	0	0	0	411		
Масло сливочное порциями	10	0,5	0,7	11	65	0,07	0	0	0	0,05	7,9	10,1	0,2	10,2	0,02	0	0,001	6		
Батончик к чаю	20	2	1	10	52	0,06	0,14	63,1	0,24	0,08	182,79	12,25	0,06	28,33	0,00	0,01	0,0			
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>360</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>49</b>	<b>359</b>	<b>0,33</b>	<b>1,19</b>	<b>94,30</b>	<b>0,34</b>	<b>0,29</b>	<b>300,04</b>	<b>69,16</b>	<b>0,49</b>	<b>98,93</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>		
<b>2 завтрак</b>																				
Напиток из смеси с/ф	150	0	0	19	73	0,21	0,2	21,30	0,03	0,15	42,30	37,20	1,72	956,30	301,2	0,07	0	394		
<b>Обед</b>																				
Суп картофельный с рыбными консервами	160	4	6	14	122	0,02	5,56	51,2	1,1	0,04	34,80	18,90	0,13	54,00	0,01	0,02	0,01	95		
Котлета мясная	50	8	8	14	180	0,10	0,83	94,2	0,17	0,15	91,45	23,65	1,50	35,30	0,02	0,05	0,00	419		
Рис отварной	110	2	4	35	199	0,09	0,02	17	0,05	0,23	21,60	9,33	60,1	0,02	0,39	0	0	332		
Сочевая острая	20	1	3	16	53	0,07	2	2	0,01	0,01	1,30	1,25	3,6	0,09	0,76	0	0	366		
Напиток из яблок сушеных	130	0	0	15	63	0,03	4	0	0	0,04	16	9	15	0,0	50	0	0	394		
Хлеб ржаной	30	2	0	13	60	0,35	2	0	0	0,03	3,8	3,9	17,5	0,9	21,5	0,00	0	0		
<b>Итого за Обед</b>	<b>520</b>	<b>16</b>	<b>21</b>	<b>107</b>	<b>685</b>	<b>0,4</b>	<b>14,4</b>	<b>164,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0,5</b>	<b>172,0</b>	<b>66,1</b>	<b>26,1</b>	<b>162,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>		
<b>Упорядоченный подсчет</b>																				
Пудинг из творога с фруктами и сметаной	120	1,1	10	19	365	0,05	0	0	0	0,06	15	8	15	3,2	235	0	0	0		
Масло сливочное с сахаром	150	0	0	3	54	0	0,1	0	0	0,01	5,15	14	5,04	0,01	15,1	0	0	411		
Батончик к чаю	20	2	1	10	52	0,06	0	0	0	0,05	7,9	10,1	0,2	10,2	0,02	0	0	6		
<b>Итого за Подсчет</b>	<b>390</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>32</b>	<b>471</b>	<b>0,10</b>	<b>0</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>0,11</b>	<b>27,04</b>	<b>21,16</b>	<b>40,1</b>	<b>28,26</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1520</b>	<b>40</b>	<b>11</b>	<b>99</b>	<b>1339</b>	<b>0,8</b>	<b>17,7</b>	<b>380,0</b>	<b>1,8</b>	<b>0,3</b>	<b>511,5</b>	<b>157,7</b>	<b>64,0</b>	<b>301,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>		