



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

## МЕНЮ

сад 3 - 7 лет

*02.05.24*

НЕДЕЛЯ 1					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 4 (Четверг)					
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ДРУЖБА"	200	7.0	9.0	33.9	245.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	2.4	17.1	103.5
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2.4	6.1	26.4	168.3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>12.5</b>	<b>17.5</b>	<b>77.4</b>	<b>516.9</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47.0</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2.7	5.5	4.2	77.7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	7.2	6.9	14.3	148.1
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	14.0	13.6	15.4	241.8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.5	0.1	28.5	117.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	20.1	94.7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>29.5</b>	<b>26.6</b>	<b>95.1</b>	<b>741.5</b>
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ	200	0.1	0.1	27.9	113.0
ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОМ	70	3.7	1.5	46.7	215.8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>270</b>	<b>3.8</b>	<b>1.6</b>	<b>74.6</b>	<b>328.8</b>
<b>Ужин</b>					
СВЕЖИЙ ПОМИДОР	70	0.6	0.1	1.7	9.8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.2	140.1
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	10.8	3.1	6.4	96.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/ 7	0.1	0.0	10.0	41.7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>507</b>	<b>16.1</b>	<b>8.7</b>	<b>48.3</b>	<b>335.2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>62.3</b>	<b>54.8</b>	<b>305.3</b>	<b>1 969.3</b>