



Утверждаю Заведующий МБДОУ г.Мурманска №85

Е.В. Сайдалиева

Ежедневное меню от 2 до 3 лет

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша манная мол.жидкая	180	4,53	3,27	23,15	120,69	0,21	Пермь 12 г.р.№ 277
	Молоко	150	4,19	4,78	7,56	90,09	0,37	Пермь 11 г.т/к № 405
	Булка с джемом	30/20	1,24	3,91	15,30	139,22	0,03	Пермь 11 г.т/к № 497
	Итого	380	9,96	11,96	46,01	350,0	0,61	
2 завтрак	Напиток из лимона	120	0,75	0,15	29,8	69,7	6	Пермь 11 г.т/к № 408
	Итого	120	0,75	0,15	29,8	69,7	6	
Обед	Суп с клецками	150	2,52	2,93	4,85	46,96	1,74	Пермь 11 г.т/к № 69
	Биточки мясные	60	11,54	12,12	9,04	135,4	0,08	Пермь 11 г.т/к № 255
	Макароны отварные	90	4,66	3,53	12,85	123,28	-	Пермь 12 г.р.№ 432
	Салат из свеклы солен.	40	0,46	3,63	1,88	42,06	4,55	Пермь 11 г.т/к № 38
	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,9	0,21	Пермь 11 г.т/к № 403
	Хлеб ржаной	40	1,64	0,4	0,4	72,4	-	-
Итого	530	21,06	22,76	45,45	488	6,58	-	
Уплотненный полдник	Салат картофельный с	130	3,59	6,73	4,95	76,04	3,77	Пермь 11 г.т/к № 43
	Булка	40	1,0	1,46	6,3	81,3	-	Пермь 11 г.т/к № 122
	Чай	150	-	-	10,44	45,76	-	Москва 07 г.т/к № 132
	Ватрушка с	150	9,84	5,34	50,75	284,5	-	Пермь 11 г.т/к № 450
	Итого	470	14,43	13,53	72,44	487,6	3,77	
Итого за 1 день		46,2	48,4	193,7	1395,3	16,96		