

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

8 день

Утверждаю:

Директор:

29.04.2016

Согласовано:

Директор:

Мас/д.г. Мамсехина

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	103	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	414	2016
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	3	2016
Итого за прием пищи:	405	16,10	22,90	58,50		
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	399	2011
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70		
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	43	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	319	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	7	
Итого за прием пищи:	650	18,02	10,30	73,66		
Полдник						
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	2	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	411	2016
Итого за прием пищи:	230	4,50	6,70	28,90		
Всего за день:		39,42	40,10	175,76		

