

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

Утверждаю:

Директор:

18.02.2016

Согласовано:

Директор:

*(подпись)*



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
<b>8 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом №103	180	8,70	13,70	220,60	103	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	95,60	414	2016
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	141,60	3	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>16,10</b>	<b>22,90</b>	<b>457,80</b>		
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	62,60	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>62,60</b>		
<b>Обед</b>						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	21,40	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	97,00	43	
ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами № 319	180	9,00	5,80	129,00	319	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	55,80	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	70,08	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	59,40	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>18,02</b>	<b>10,30</b>	<b>432,68</b>		
<b>Полдник</b>						
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	141,60	2	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	57,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>4,50</b>	<b>6,70</b>	<b>198,60</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>39,42</b>	<b>40,10</b>	<b>1151,68</b>		