



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

Согласовано: *М.В. Демехина*
 Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Бурацкая средняя общеобразовательная школа»
 Директор: _____

12.02.2016 4 день

верждаю: _____
 ректор: _____
 Прием пищи, наименование блюда

№ рецеп-туры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
АША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	156,40	5,50	3,10	28,00	185
ЭФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	95,60	3,00	2,50	15,50	414
УТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	141,60	4,40	6,70	14,60	2
того за прием пищи:	393,60	12,90	12,30	58,10	
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	45,6	0,4	0,4	9,5	386
того за прием пищи:	45,6	0,4	0,4	9,5	
Обед					
Ювонци по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	21,40	0,80	0,10	4,40	1,2,3,4,5
СОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	74,25	1,30	3,60	9,00	63
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	454,30	25,40	27,30	25,30	321
КИСЕЛЬ №247	105,00	1,20	0,00	26,00	247
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	70,08	2,34	0,30	14,46	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	59,40	1,88	0,30	12,40	7
Итого за прием пищи:	784,43	32,92	31,60	91,56	
Полдник					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	169,50	3,20	7,50	20,20	1
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	97,60	3,00	2,50	15,60	413
Итого за прием пищи:	267,10	6,20	10,00	35,80	
Всего за день:	1490,73	52,42	54,30	194,96	