



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

Утверждаю: _____
 Директор: _____

Согласовано: _____
 Директор: _____

10.04.2016, 5 день

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак						
180	7,56	10,00	23,76	135,14	85	
30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
405	12,06	16,70	52,66	333,74		
II Завтрак						
150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
150	0,80	0,20	14,70	62,60		
Обед						
180	1,35	2,70	7,90	64,50	135	2011
70/30	7,00	6,80	15,70	159,90	455/363	
130	12,50	6,00	27,70	217,10	330	2004
180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
650	25,07	16,10	92,16	626,78		
Полдник						
30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
180	4,10	3,60	17,40	118,80	416	2016
230	8,50	10,30	32,00	260,40		
	46,43	43,30	191,52	1283,52		