

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

8 день

Согласовано: *Маз (д.д. Мамекина)*

Директор: *Маз (д.д. Мамекина)*



Вернула: *Светлана*

Принимает: *Светлана*

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
АША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	220,60	103	
ОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	95,60	414	2016
УТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	141,60	3	2016
того за прием пищи:	405	16,10	22,90	457,80		
II Завтрак						
ОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	62,60	399	2011
того за прием пищи:	150	0,80	0,20	62,60		
Обед						
овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или тушеная, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	21,40	1,2,3,4,5	
УП 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	
Итого за прием пищи:	650	18,02	10,30	432,68		
Полдник						
УТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	141,60	2	2016
ХАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	57,00	411	2016
того за прием пищи:	230	4,50	6,70	198,60		
Всего за день:		39,42	40,10	1151,68		