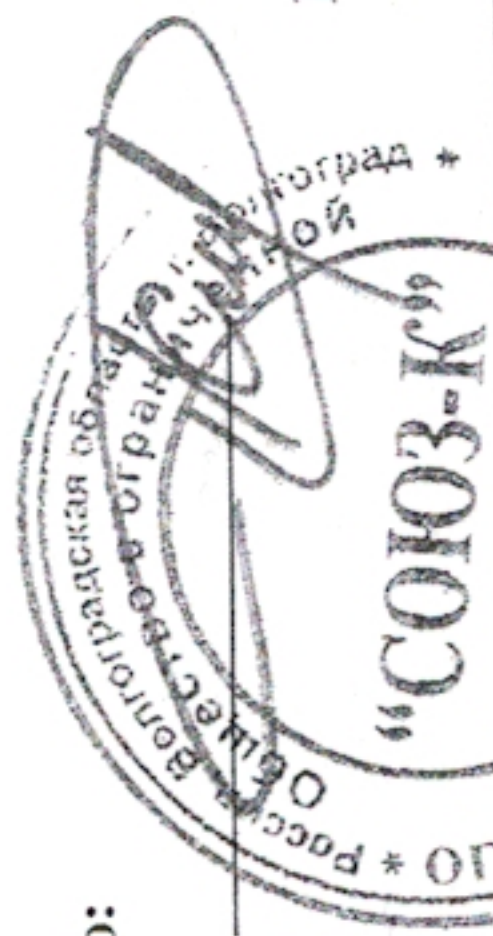


верждено:

ректором:



Согласовано:

Директор:

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

I день	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
	МЛШ ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	180	9,45	8,90	33,75	240,66	101	
	ХЛЕБНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
	ТЕРЕРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1	2016
	того за прием пищи:	410	15,65	18,90	69,45	505,76		
II Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
	того за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед								
	суп по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или урюк соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
	И ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	180	2,30	4,50	7,40	73,44	47	
	ГИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00	319	
	АЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
	ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
	ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
	того за прием пищи:	650	16,42	11,00	69,66	410,32		
Полдник								
	УТЕРЕРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
	АЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00	13,70	55,80	412	2016
	того за прием пищи:	230	4,60	6,70	28,30	197,40		
	того за день:		37,07	37,00	176,91	1159,08		