



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

№ 04.0026-

Согласовано: *М.В. Маммехина*

Директор: *М.В. Маммехина*

№ рецептур	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Пищевые вещества			Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день						
Завтрак						
ША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	220,60	103	8,70	13,70	28,40	
ФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	95,60	414	3,00	2,50	15,50	2016
ТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	141,60	3	4,40	6,70	14,60	2016
Итого за прием пищи:	457,80		16,10	22,90	58,50	
II Завтрак						
Ж ЯБЛОЧНЫЙ №399	62,60	399	0,80	0,20	14,70	2011
Итого за прием пищи:	62,60		0,80	0,20	14,70	
Обед						
ЮЩАЯ ПО СЕЗОНУ (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или репчатый лук, или свекла отварная)	21,40	1,2,3,4,5	0,80	0,10	4,40	
УП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	97,00	43	4,00	3,80	11,70	
ГИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	129,00	319	9,00	5,80	16,70	
СМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	55,80	53	0,00	0,00	14,00	
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	70,08	6	2,34	0,30	14,46	
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	59,40	7	1,88	0,30	12,40	
Итого за прием пищи:	432,68		18,02	10,30	73,66	
Полдник						
УТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	141,60	2	4,40	6,70	14,60	2016
АЙ С САХАРОМ №411	57,00	411	0,10	0,00	14,30	2016
Итого за прием пищи:	198,60		4,50	6,70	28,90	
Итого за день:	1151,68		39,42	40,10	175,76	