

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

Утверждено:

Директор:

23.03.2016

Согласовано:

Директор:

Мас (И.И. Масихина)



| Наименование блюда | 9 день | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------------|------------|--------------|------------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85 | 180 | | 7,56 | 10,00 | 23,76 | 85 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН) | 40/10 | | 3,20 | 7,50 | 20,20 | 1 | 2016 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 411 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 410 | | 10,86 | 17,50 | 58,26 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 399 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 150 | | 0,80 | 0,20 | 14,70 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47 | 180 | | 2,30 | 4,50 | 7,40 | 47 | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (говядина) №304 | 70/30 | | 4,70 | 5,30 | 6,00 | 304 | 2016 |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165 | 130 | | 7,30 | 5,50 | 33,20 | 165 | 2011 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а | 180 | | 0,00 | 0,00 | 14,00 | 53 а | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 6 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 650 | | 18,52 | 15,90 | 87,46 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПЕЧЕНЬЕ №9 | 50 | | 3,80 | 4,90 | 37,20 | 9 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413 | 200 | | 3,30 | 2,77 | 17,33 | 413 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 250 | | 7,10 | 7,67 | 54,53 | | |
| Всего за день: | | | 37,28 | 41,27 | 214,95 | | |