

"УТВЕРЖДАЮ"



2023г.

Приложение №

СОГЛАСОВАНО



2023

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ(аллергиков) В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
в возрасте от 3 года до 7 лет с дневным пребыванием 10,5 часов (сад)**

1 день

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------|------------------------------------------|---------------------|---------------------|------|----------|----------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| | Завтрак | | | | | |
| 303/2011 | Каша ячневая вязкая на воде | 200 | 4,3 | 5,6 | 27,8 | 179 |
| 391/2011 | Чай без сахара | 200 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 2,8 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,4 | 0,5 | 20,4 | 95 |
| | Кондитерские изделия (крекер) | 25 | 1,9 | 2,0 | 19,1 | 100,75 |
| | Итого за прием пищи: | 450 | 8,1 | 6,2 | 48,2 | 276,8 |
| | 2-ой завтрак | | | | | |
| 368/2011 | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| | Итого за прием пищи: | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| | Обед | | | | | |
| 81/2011 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 5,4 | 5,6 | 13,1 | 108 |
| 282/2011 | Котлеты из говядины рубленые натуральные | 70 | 10,4 | 7,9 | 10,5 | 154 |
| 132/2011 | Капуста тушеная | 130 | 2,6 | 4,8 | 12,3 | 102,7 |
| т.24/1996 | Овощи свежие, соленные, вареные | 50 | 0,7 | 0,0 | 2,3 | 12 |
| 639/2004 | Компот из смеси сухофруктов без сахара | 200 | 0,7 | 0,0 | 31,4 | 124,44 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 4,2 | 0,6 | 24,5 | 114 |
| | Итого за прием пищи: | 710 | 23,9 | 18,9 | 94,1 | 615,14 |
| | Полдник | | | | | |
| 389/2011 | Яблоки, фаршированные рисом и изюмом | 110 | 1,8 | 4,1 | 22,4 | 133 |
| 391/2011 | Чай без сахара | 200 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 2,8 |
| | Итого за прием пищи: | 310 | 2,2 | 4,2 | 22,5 | 135,8 |
| | Всего: | | 34,6 | 29,7 | 174,6 | 1071,74 |