Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор Директор МКОУ Горноводяновской СОШ Тюрикова К.К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

3 марта

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**		**10,7**	**12,0**	**63,3**	**416,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**		**18,3**	**11,0**	**76,0**	**484,6**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:			**33,0**	**25,8**	**214,7**	**1 241,8**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор Директор МКОУ Горноводяновская СОШ Тарасова Н.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

4 марта

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**		**12,7**	**20,6**	**77,5**	**564,4**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150		12,5	11,5	15,1	216,6
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**20,0**	**14,3**	**85,0**	**552,4**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**		**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:			**36,1**	**37,2**	**250,5**	**1 506,2**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновской ООШ

Горлова И. К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

5 марта **8 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200		5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200		3,1	2,4	17,0	102,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**		**14,1**	**12,2**	**73,2**	**466,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70		9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**695**		**21,0**	**18,6**	**113,8**	**711,7**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**40,4**	**36,2**	**259,1**	**1 546,9**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская ООШ

Торопова К. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

в интернат

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**452**		**9,1**	**12,6**	**49,7**	**358,8**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**29,7**	**28,8**	**81,8**	**705,0**
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,4**	**47,5**	**224,7**
Всего за день:			**42,8**	**44,0**	**193,7**	**1 351,1**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ **детей дошкольного возраста 3-7 лет**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская ОШ

Горшкова Н.К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ **детей дошкольного возраста 3-7 лет**

7 марта **10 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за прием пищи:	**455**		**12,3**	**12,9**	**66,8**	**440,6**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**32,1**	**31,9**	**89,0**	**778,2**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200		0,0	0,0	15,5	61,9
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**		**1,4**	**1,7**	**54,2**	**238,9**
Всего за день:			**46,6**	**46,7**	**224,7**	**1 520,3**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская ООШ

Торопова К. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

10 марта 1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180		2,8	2,2	15,2	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**430**		**13,4**	**17,9**	**68,6**	**503,8**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**0,4**	**0,4**	**9,5**	**45,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70		11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150		8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**710**		**26,2**	**22,5**	**107,1**	**744,6**
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2
Итого за прием пищи:	**250**		**5,3**	**5,0**	**55,4**	**290,2**
Всего за день:			**45,3**	**45,8**	**240,6**	**1 584,2**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

ЕЖЕДЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горнореченской оош

Горонова К.В.

ЕЖЕДЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

11 марта

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**		**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**29,3**	**28,8**	**87,0**	**720,6**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**44,9**	**46,0**	**203,2**	**1 420,7**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская сош

Горонова И. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

12 марта **3 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**		**8,9**	**13,6**	**70,7**	**455,5**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**		**19,1**	**9,2**	**85,0**	**507,4**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:			**32,0**	**25,6**	**231,1**	**1 304,1**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская СОШ

Горюнова Н.К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

15 марта

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	**440**		**11,3**	**9,2**	**61,2**	**377,4**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**0,9**	**0,2**	**7,9**	**41,7**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70		9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30		0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**725**		**20,7**	**20,4**	**101,9**	**686,2**
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
Итого за прием пищи:	**250**		**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:			**34,8**	**31,6**	**238,0**	**1 398,7**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская сош

Горюнова К.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

14 марта

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**		**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200		1,5	3,0	8,8	71,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**32,1**	**30,9**	**91,9**	**781,3**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**47,7**	**48,1**	**208,1**	**1 481,4**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

17 марта

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**		**10,7**	**12,0**	**63,3**	**416,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**		**18,3**	**11,0**	**76,0**	**484,6**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:			**33,0**	**25,8**	**214,7**	**1 241,8**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор Директор МКОУ Горновская — школа ОШ Гарсенко К.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

18 марта **7 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**		**12,7**	**20,6**	**77,5**	**564,4**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150		12,5	11,5	15,1	216,6
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**20,0**	**14,3**	**85,0**	**552,4**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**		**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:			**36,1**	**37,2**	**250,5**	**1 506,2**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю
Директор ООО "Союз"

Согласовано
Директор МКУ Торховская основной общ
Торочева Н. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

13 марта

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200		5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200		3,1	2,4	17,0	102,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**450**		**14,1**	**12,2**	**73,2**	**466,0**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70		9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**695**		**21,0**	**18,6**	**113,8**	**711,7**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**40,4**	**36,2**	**259,1**	**1 546,9**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ **детей дошкольного возраста 3-7 лет**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская оош

Торопова К. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ **детей дошкольного возраста 3-7 лет**

20 марта **9 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**452**		**9,1**	**12,6**	**49,7**	**358,8**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**29,7**	**28,8**	**81,8**	**705,0**
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,4**	**47,5**	**224,7**
Всего за день:			**42,8**	**44,0**	**193,7**	**1 351,1**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская ООШ

Горюнова Н. Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

21 марта **10 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за прием пищи:	**455**		**12,3**	**12,9**	**66,8**	**440,6**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**32,1**	**31,9**	**89,0**	**778,2**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200		0,0	0,0	15,5	61,9
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	**250**		**1,4**	**1,7**	**54,2**	**238,9**
Всего за день:			**46,6**	**46,7**	**224,7**	**1 520,3**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская СШ

Торопова Н.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

24 марта

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180		2,8	2,2	15,2	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**430**		**13,4**	**17,9**	**68,6**	**503,8**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**0,4**	**0,4**	**9,5**	**45,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70		11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150		8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**710**		**26,2**	**22,5**	**107,1**	**744,6**
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2
Итого за прием пищи:	**250**		**5,3**	**5,0**	**55,4**	**290,2**
Всего за день:			**45,3**	**45,8**	**240,6**	**1 584,2**

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

Согласовано

Директор МКОУ Горсоединовская ООШ Горохова К.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

25 марта **2 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**		**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**29,3**	**28,8**	**87,0**	**720,6**
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**44,9**	**46,0**	**203,2**	**1 420,7**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская оош

Горюнова И. В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

26 марта **3 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	**442**		**8,9**	**13,6**	**70,7**	**455,5**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4
РЫБА,ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**690**		**19,1**	**9,2**	**85,0**	**507,4**
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	**250**		**3,2**	**2,6**	**60,7**	**278,6**
Всего за день:			**32,0**	**25,6**	**231,1**	**1 304,1**

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская ОШ

Терехова К.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

22 марта

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	**440**		**11,3**	**9,2**	**61,2**	**377,4**
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**		**0,9**	**0,2**	**7,9**	**41,7**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70		9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30		0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**725**		**20,7**	**20,4**	**101,9**	**686,2**
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
Итого за прием пищи:	**250**		**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**
Всего за день:			**34,8**	**31,6**	**238,0**	**1 398,7**

Утверждаю

Директор ООО"Союз-К"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор МКОУ Горноводяновская сош

Торопова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

28 марта

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	**447**		**10,3**	**11,8**	**44,1**	**330,9**
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	**150**		**0,8**	**0,2**	**14,7**	**62,6**
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200		1,5	3,0	8,8	71,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	**640**		**32,1**	**30,9**	**91,9**	**781,3**
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за прием пищи:	**250**		**4,5**	**5,2**	**57,4**	**306,6**
Всего за день:			**47,7**	**48,1**	**208,1**	**1 481,4**