

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"



17 ноября

Согласовано

Директор М.Ю. Гордолова
Моловцова О.К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) №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"



18 ноября

Согласовано

Директор *Евдокья Гаришова*
Косовкина О.И.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса 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

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"



19 ноября

Согласовано

Директор *МБОУ Горноуровненское осм*
Морозкина О.Н. Ванин

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 8 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая 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 "Солнечный Куст"



10 ноября

Согласовано

Директор МБОУ Гаровской школы №1

Маслова О.И. [Signature]



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая 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