



МКОУ «Победимская сш» Дошкольная группа



Согласовано:  
Директор:

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

7 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	180	5,70	9,80	41,20	284,50	102
КАКАО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80	416
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>14,20</b>	<b>20,10</b>	<b>73,20</b>	<b>544,90</b>	
<b>II Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (гшено) № 86	180	1,60	2,10	12,10	73,60	86
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	70	12,84	11,60	13,30	209,30	322
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	130	4,90	7,90	29,60	211,90	219
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00	13,70	55,80	412
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>24,56</b>	<b>22,30</b>	<b>99,96</b>	<b>701,48</b>	
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	200	6,66	5,55	8,88	253,30	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>11,36</b>	<b>12,55</b>	<b>35,08</b>	<b>438,90</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>	<b>50,52</b>	<b>55,35</b>	<b>217,74</b>	<b>1730,88</b>	