

Утверждаю:

Директор:

10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

2 день

Согласовано:

Директор:

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША вязкая молочная из риса и пшЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103	
	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
	405	13,20	20,40	57,30	419,20		
II Завтрак							
СОКО ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
	150	0,80	0,20	14,70	62,60		
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136 КИСЕЛЬ №247 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43	
	70/30	4,70	5,30	6,00	90,40	304	2016
	130	3,50	4,50	22,90	132,30	136	2016
	180	1,20	0,00	26,00	105,00	247	2011
	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
	700	18,42	14,30	97,86	575,58		
Полдник							
ВАФЛИ № 10 ЧАЙ С МОЛОКОМ №413 Итого за прием пищи: Всего за день:	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10	
	200	3,30	2,77	17,33	108,40	413	2016
	250	4,70	4,47	56,03	285,40		
	1505	37,12	39,37	225,89	1342,78		