

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детский сад
«Ёлочка» п. Дубравного
И.Н. Радькова

приказ № _____ от _____ 20__ г.

Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день							
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания
Завтрак							
Бутерброд с маслом	30	3,24	4,10	7,0	62,00	1	2012
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	205	7,20	8,30	35,00	262,40	189	2012
Чай с лимоном	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	038	2012
Итого за прием пищи:	428	10,56	12,40	50,52	360,40		
II Завтрак							
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,80	66,30	010	2012
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,60	14,80	66,30		
Обед							
Огурец соленый	50	0,38	0,00	0,88	6,50	017	2012
Суп картофельный с клецками и говядиной	200/10/10/1	5,00	7,70	11,00	179,00	85	2012
Суфле из рыбы	80	6,10	6,40	3,30	142,00	268	2012
Пюре картофельное с морковью	150	3,00	4,80	19,50	134,30	322	2012
Напиток яблочный	180	0,12	0,12	23,60	96,84	039	2012
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50	003	2012
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,20	004	2012
Итого за прием пищи:	726	17,83	19,52	76,29	649,34		
Полдник							
Йогурт питьевой	150	4,20	3,75	6,75	84,75	00,5	2012
Булка «творожная»	60	8,80	2,80	35,10	173,00	479	2012
Итого за прием пищи:	210	13,0	6,55	41,85	257,75		
Всего за день:	1514	41,99	39,07	183,46	1333,79		

Завтрак



II Завтрак



Обед



Полдник

