

**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**

<b>5 день</b>							
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
Каша из пшена и риса молочная жидкая («Дружба»)	200	3,50	3,30	24,70	173	190	2012
Чай с молоком	180	3,20	2,80	13,60	77,00	026	2012
Итого за прием пищи:	410	9,94	10,2	45,30	312		
<b>II Завтрак</b>							
Сок	180	0,96	0,24	17,80	78,00	442	2012
Итого за прием пищи:	180	0,96	0,24	17,80	78,00		
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы	50	0,80	2,90	1,50	45,60	33	2012
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	4,50	2,40	12,50	90,00	84	2012
Запеканка картофельная с мясом	200	8,40	12,00	13,30	269,00	291	2012
Соус сметанный	50	1,00	2,00	3,00	37,30	354	2012
Компот из сушеных фруктов	180	0,39	0,02	24,96	118,08	18	2012
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50	003	2012
Хлеб пшеничный	25	2,00	0,25	12,07	59,00	004	2012
Итого за прием пищи:	750	18,74	19,87	75,68	662,48		
<b>Полдник</b>							
Ватрушка с творогом	60	2,06	9,70	41,10	195,00	249	2012
Кефир	200	6,00	3,30	8,00	62,00	435	2012
Итого за прием пищи:	260	8,06	13	49,1	257,00		
Всего за день:	1600	37,70	43,31	187,88	1309,48		



Завтрак



## II Завтрак



## Обед



Полдник