

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

7 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	7,00	62,00	1	2012
Салат из горошка зеленого консервированного	50	1,50	2,70	3,00	40,50	10	2012
Омлет натуральный	150	15,40	21,00	2,90	149,00	214	2012
Какао с молоком	180	3,80	3,20	15,60	107,00	043	2012
Итого за прием пищи:	410	23,94	31,00	28,50	358,50		
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 свежий	50	0,4	0,00	1,30	7,00	015	2012
Суп лапша домашняя	200/10/5	1,8	4,04	9,6	81,6	126	2012
Плов из птицы	160	16	14,78	26,76	304	123	2012
Компот из сушеных фруктов	180	0,39	0,02	24,96	118,08	018	2016
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	003	2012
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,2	004	2012
Итого за прием пищи:	645	21,49	19,28	78,96	592,68		
Полдник							
Молоко кипяченое	200	6,00	4,40	9,80	99,00	434	2012
Булочка «Творожная»	65	9,50	3,00	38,00	187,00	479	2012
Итого за прием пищи:	265	15,50	7,40	47,80	286,00		
Всего за день:	1470	61,53	58,28	170,06	1303,48		

За
в
т
р
а
к

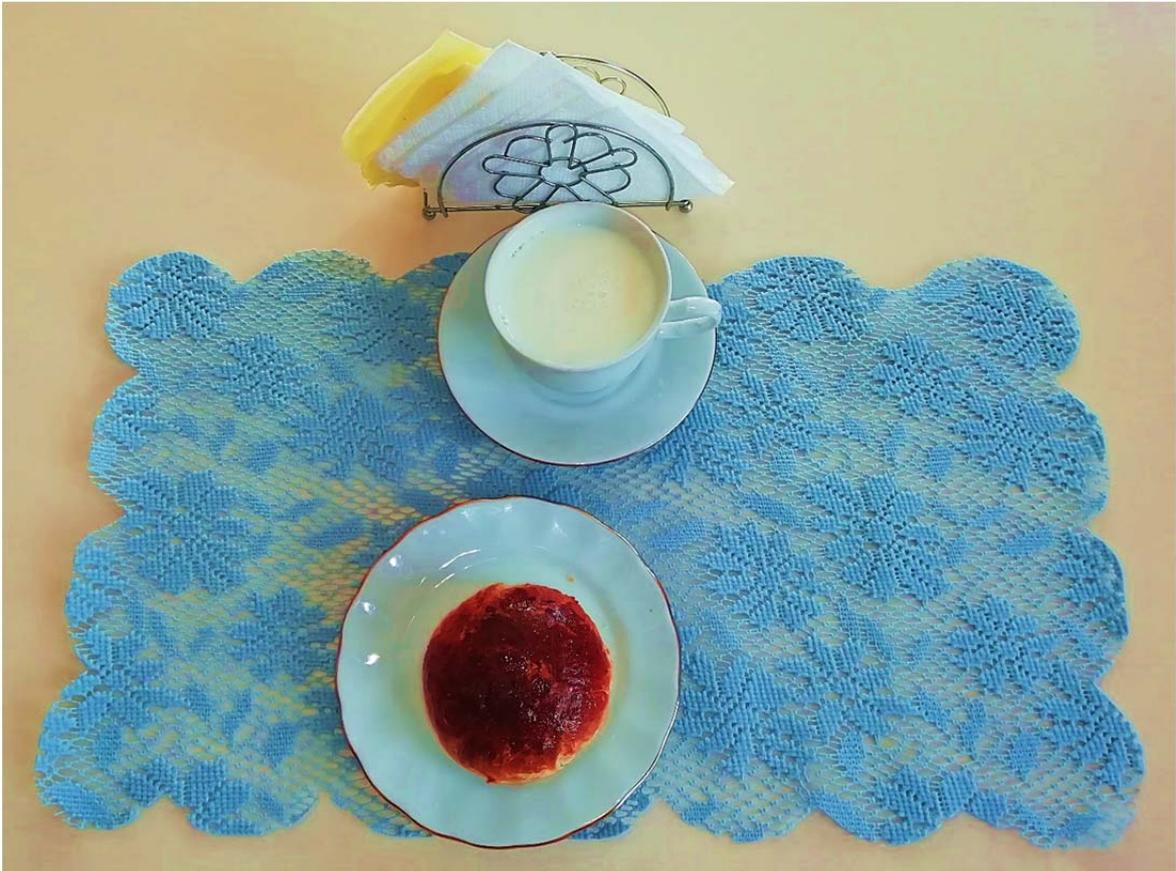


II
Зав
тра
к





Об
ед



По
лд
ни
к