

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

приказ № _____ от _____ 20__ г.

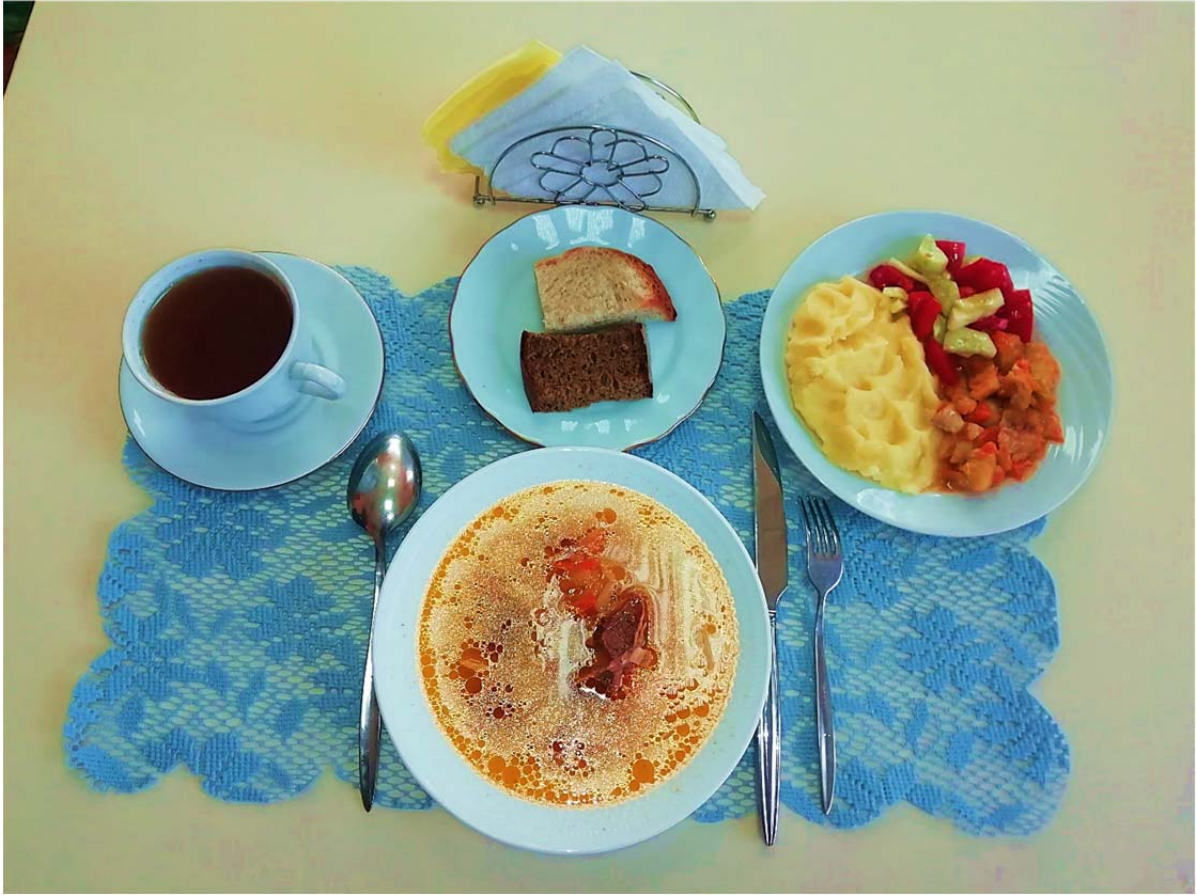
Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

9 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 сыром	30	3,39	6,90	10,00	69,00	3	2012
Каша овсяная «Геркулес» жидкая с маслом сливочным	205	6,70	9,70	24,40	211,00	189	2012
Кофейный напиток с молоком	180	2,80	2,40	12,70	84,00	028	2012
Итого за прием пищи:	415	12,89	19,00	47,10	364,00		
II Завтрак							
Апельсин	100	0,8	0,20	7,50	38,00	052	2012
Итого за прием пищи:	100	0,8	0,20	7,50	38,00		
Обед							
Салат из свежих помидор и огурцов	60	0,6	3,69	2,05	44,4	82	2012
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	1,60	4,90	18,30	171,00	57	2012
Рыба тушеная с овощами	120	11,90	6,84	3,00	122,00	228	2012
Пюре картофельное	150	3,20	5,00	21,30	147,00	335	2012
Чай с лимоном	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	038	2012
Хлеб ржаной	25	1,70	0,20	10,60	51,00	003	2012
Хлеб пшеничный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	004	2012
Итого за прием пищи:	783	20,62	21,23	74,07	623,8		
Полдник							
Ряженка	200	5,8	5,00	8,40	101,00	401	2012
Пирожок печеный с капустой	65	3,45	9,00	36,30	201,00	451	2012
Итого за прием пищи:	265	9,25	14,00	44,70	302,00		
Всего за день:	1563	43,56	54,43	173,37	1327,80		



Завтрак

II
Зав
тра
к
Обе
д



Полдник

