

Согласовано:
заведующий МДОУ



Утверждено
Директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года и 3-7 лет (12 часов)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд						
1	2	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет
	Аскорбиновая кислота на 10 дней	0,5					

Вариант 1

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011,
сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А.

182/2017м	каша пшеничная молочная с маслом и сахаром жидкая	200	6,82	10,65	42,75	295,4	0,2
14/2017м	масло сливочное порция	10	0,08	7,2	0,1	66	0,04
701/2010м	хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	7,35	46,61	0
377/2017м	чай с лимоном	180	0,20	0,10	13,90	55,80	1,12
	Итого	420	8,9	18,25	64,1	463,81	0,24

2-ой Завтрак

338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00

54-8з/20221н	салат из свежей капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	7,92
116/2017м	суп рисовый с томатом и птицей	200	2,38	2,70	1,46	57,20	1,18
259/2017м	жаркое по домашнему с мясом	200	18,51	20,67	18,94	335,83	1,05
349/2017м	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,60	0,08	28,80	119,52	0,65
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,91	0,30	12,30	59,40	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,00	1,25	12,25	77,35	0,00
	Итого	720	27,997	31,103	79,948	735	10,8

Полдник уплотненный

382/2017м	какао с молоком	180	3,70	3,19	15,82	102,06	0,72
218/2017м	вареники ленивые с молоком сгущенным	120	16,27	8,74	24,86	202,5	0,19
	Итого	300	19,97	11,93	40,68	304,56	0,91
	Всего на день	1540,0	57,3	61,7	194,5	1547,4	0,0
	Соль йодированная	5,0					
	Нормы по СанПин 85%+-5%		45,9-48,19	51-53,55	222,3-233,42	1530-1606,5	