



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 (12часов)

№ 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

Вариант 2

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

Тутельяна - 2017г.

182/2017м	каша рисовая молочная жидкая с сахаром и маслом	200	4,99	10,49	32,71	245,69	0,48
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	7,07	18,09	54,06	414,10	1,64

2-ой Завтрак

389/2017м	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00
п.т	печенье сахарное	22	1,70	3,60	14,50	97,70	
	Итого	122,0	2,2	3,6	24,6	140,1	40,0

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,60	4,97	55,68	3,99
82/2017м	борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,93	6,33	10,77	108,11	7,05
285/2017м	бефстроганов из отварного мяса	80	11,55	9,80	3,02	144,80	0,70
128/2017м	картофельное пюре	150	3,26	9,61	19,00	181,50	16,19
360/2017м	кисель из повидла с витамином С	180	0,07	0,04	20,73	100,44	1,62
702/2010м	хлеб ржаной	30	1,91	0,30	12,30	59,40	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	1,80	0,75	7,35	46,41	0,00
	Итого	730	21,35	30,43	78,14	696,34	29,55

Полдник уплотненный

401/2017м	оладьи с молоком сгущенным	85	6,48	6,23	36,29	226,99	0,35
386/2017м	кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,12
	Итого	265,0	11,7	10,7	43,5	317,0	0,5
	Всего на день	1537,0	42,3	62,8	200,3	1567,5	71,7
	Соль йодированная	5,0					
	Нормы по СанПин 85%+-5%		45,9-48,19	51-53,55	222,3-233,42	1530-1606,5	