



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

Вариант 5

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

183/2017м	каша жидкая молочная гречневая с сахаром и маслом	200	9,08	12,90	35,17	295,00	0,48
15/2017м	сыр порция	8	1,78	1,70	0,00	28,15	0,09
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	428,0	12,9	22,2	56,5	491,6	1,7

2-ой Завтрак

389/2017м	фрукты свежие (яблоко)	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00
	Итого	100	0,5	0	10,1	42,4	40

54-83/20221н	салат из свежей капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7	7,92
108/2017м	суп картофельный с клецками	200	2,10	2,80	14,40	93,00	2,79
291/2017м	плов с птицей	230	23,83	11,82	48,20	400,26	
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	30	1,80	0,75	7,35	46,41	0,00
	Итого	730	31,835	21,851	117,25	804,29	11,36

Полдник уплотненный

401/2017м	оладьи с молоком густым	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	11,70	10,73	43,49	316,99	0,47
	Всего на день	1523,0	57,0	54,8	227,4	1655,2	53,6
	Соль йодированная	5,0					

Нормы по СанПин 85%+-5%

45,9-48,19

51-53,55

222,3-233,42

1530-1606,5