



ПРЕДЛАГАЮ:

Директор:



СОГЛАСОВАНО:

Директор:

10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным питанием  
детей дошкольного возраста 3-7 лет



Согласовано:

Директор:

*В.С.Ф.*

10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                        |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 9,45             | 8,90    | 33,75       | 240,66                           | 101          |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,50       | 95,60                            | 414          | 2016                |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| прием пищи:                    | 410          | 15,65            | 18,90   | 69,45       | 505,76                           |              |                     |
| II Завтрак                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,30        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| прием пищи:                    | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,30        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 2,30             | 4,50    | 7,40        | 73,44                            | 47           |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 9,00             | 5,80    | 16,70       | 129,00                           | 319          |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                            | 411          | 2016                |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                            | 7            |                     |
| прием пищи:                    | 650          | 16,42            | 11,00   | 69,66       | 410,32                           |              |                     |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 5,90             | 5,20    | 16,80       | 142,00                           | 85 а         |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ОБЪЕДИНЯЮЩАЯ ВЯЗКАЯ №101       | 180          | 0,20             | 0,00    | 13,70       | 55,80                            | 412          | 2016                |
| прием пищи:                    | 390          | 8,44             | 5,50    | 44,96       | 267,88                           |              |                     |
| день:                          | 1550         | 40,91            | 35,80   | 193,57      | 1229,56                          |              |                     |

**10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.**

гвардиано:

тректор:

Согласовано:

Директор: *Исф*

**2 день**

| Применение пищи, наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Масса порции                                                                      | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|--|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   | Пищевые вещества |         |             |                               |              |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |  |
| Завтрак                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   |                  |         |             |                               |              |                  |  |
| АППА ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103<br><br>ТЕРЕБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)<br><br>АЙ С САХАРОМ №411<br><br>того за прием пищи:                                                                                                                                                                                                       | 180                                                                               | 8,70             | 13,70   | 28,40       | 220,60                        | 103          |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 30/5/10                                                                           | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        | 3            | 2016             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 180                                                                               | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                         | 411          | 2016             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 405                                                                               | 13,20            | 20,40   | 57,30       | 419,20                        |              |                  |  |
| II Завтрак                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |                  |         |             |                               |              |                  |  |
| ОК ЯБЛОЧНЫЙ №399<br><br>того за прием пищи:                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 150                                                                               | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         | 399          | 2011             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 150                                                                               | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         |              |                  |  |
| Обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                   |                  |         |             |                               |              |                  |  |
| юшки по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или урен соленый, или свекла отварная)<br><br>П/П КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43<br><br>ФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304<br><br>АРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136<br><br>АСЕЛЬ №247<br><br>ВЕЛЬ ПШЕНИЧНЫЙ № 6<br><br>ВЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7<br><br>того за прием пищи: | 50                                                                                | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 180                                                                               | 4,00             | 3,80    | 11,70       | 97,00                         | 43           |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 70/30                                                                             | 4,70             | 5,30    | 6,00        | 90,40                         | 304          | 2016             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 130                                                                               | 3,50             | 4,50    | 22,90       | 132,30                        | 136          | 2016             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 180                                                                               | 1,20             | 0,00    | 26,00       | 105,00                        | 247          | 2011             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 30                                                                                | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         | 6            |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 30                                                                                | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                         | 7            |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 700                                                                               | 18,42            | 14,30   | 97,86       | 575,58                        |              |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Полдник                                                                           |                  |         |             |                               |              |                  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ОФЛИ № 10<br><br>И С МОЛОКОМ №413<br><br>того за прием пищи:<br><br>того за день: | 50               | 1,40    | 1,70        | 38,70                         | 177,00       | 10               |  |
| 200                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                   | 3,30             | 2,77    | 17,33       | 108,40                        | 413          | 2016             |  |
| 250                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                   | 4,70             | 4,47    | 56,03       | 285,40                        |              |                  |  |
| 1505                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                   | 37,12            | 39,37   | 225,89      | 1342,78                       |              |                  |  |



**Ю-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.**

Утверждено:

Директор: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор: Нелу

3 день

| Принем пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102 | 180          | 5,70             | 9,80    | 41,20       | 284,50                           | 102          |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)    | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                | 180          | 0,20             | 0,00    | 13,70       | 55,80                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:              | 410          | 9,10             | 17,30   | 75,10       | 509,80                           |              |                     |

**II Завтрак**

|                             |            |             |             |              |              |     |      |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----|------|
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399           | 150        | 0,80        | 0,20        | 14,70        | 62,60        | 399 | 2011 |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>150</b> | <b>0,80</b> | <b>0,20</b> | <b>14,70</b> | <b>62,60</b> |     |      |

**Обед**

|                                                                                                                        |            |              |              |              |               |           |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------|------|
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50         | 0,80         | 0,10         | 4,40         | 21,40         | 1,2,3,4,5 |      |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ (пшено) №86                                                                                  | 180        | 1,60         | 2,10         | 12,10        | 73,60         | 86        | 2016 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 80         | 8,74         | 4,07         | 2,20         | 80,00         | 261       | 2016 |
| КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                         | 130        | 7,30         | 5,50         | 33,20        | 215,60        | 165       | 2011 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 180        | 0,00         | 0,00         | 14,00        | 55,80         | 53        |      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30         | 2,34         | 0,30         | 14,46        | 70,08         | 6         |      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 30         | 1,88         | 0,30         | 12,40        | 59,40         | 7         |      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>680</b> | <b>22,66</b> | <b>12,37</b> | <b>92,76</b> | <b>575,88</b> |           |      |

**Полдник**

|                                      |             |              |              |               |                |     |      |
|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108 | 180         | 0,80         | 0,90         | 4,80          | 31,70          | 108 |      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                   | 30          | 2,34         | 0,30         | 14,46         | 70,08          | 6   |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                   | 180         | 0,10         | 0,00         | 14,30         | 57,00          | 411 | 2016 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>390</b>  | <b>3,24</b>  | <b>1,20</b>  | <b>33,56</b>  | <b>158,78</b>  |     |      |
| <b>Всего за день:</b>                | <b>1630</b> | <b>35,80</b> | <b>31,07</b> | <b>216,12</b> | <b>1307,06</b> |     |      |

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

верждаю:

ректор:

Согласовано:

Директор:

4 день

| Принем пищи, наименование блюда                                                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ШША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАШЧАЯ) №185                                                                                      | 180          | 5,50             | 3,10    | 28,00       | 156,40                           | 185          | 2011                |
| ХЛЕБНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                         | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,50       | 95,60                            | 414          | 2016                |
| ТЕРЕРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                         | 30,20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| того за прием пищи:                                                                                                    | 410          | 12,90            | 12,30   | 58,10       | 393,60                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ: (ЯБЛОКО) №386                                                                                           | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             | 386          | 2016                |
| того за прием пищи:                                                                                                    | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             |              |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОЩОЩИ ПО СЕЗОНУ (или отурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>перец соевый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЮЩРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                       | 180          | 1,30             | 3,60    | 9,00        | 74,25                            | 63           | 2016                |
| ЮВОВ ИЗ ГПЩЩЩ №321                                                                                                     | 150          | 25,40            | 27,30   | 25,30       | 454,30                           | 321          |                     |
| КСЕЛЬ №247                                                                                                             | 180          | 1,20             | 0,00    | 26,00       | 105,00                           | 247          | 2011                |
| КЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                      | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| КЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                 | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                            | 7            |                     |
| того за прием пищи:                                                                                                    | 620          | 32,92            | 31,60   | 91,56       | 784,43                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| АПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сливки) № 154                                                                   | 130/30       | 13,13            | 12,00   | 34,06       | 272,50                           | 154          |                     |
| АЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                      | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,60       | 97,60                            | 413          | 2016                |
| того за прием пищи:                                                                                                    | 340          | 16,13            | 14,50   | 49,66       | 370,10                           |              |                     |
| того за день:                                                                                                          | 1470         | 62,35            | 58,80   | 208,82      | 1593,73                          |              |                     |

5. день

## Подписки



ЧЕНД

ЧЕНД

7 день

### Завтрак

## Завтрак

Объём

## ПОЛУДНИК

|                            |      |       |       |        |         |    |
|----------------------------|------|-------|-------|--------|---------|----|
| УЛУЧШКА №39                | 50   | 4,70  | 7,00  | 26,20  | 185,60  | 39 |
| ИСЛОМОЛЮЩИЙ ПРОДУКТ(КЕФИР) | 200  | 6,66  | 5,55  | 8,88   | 253,30  |    |
| того за прями пища:        | 250  | 11,36 | 12,55 | 35,08  | 438,90  |    |
| всего за день:             | 1430 | 50,52 | 55,35 | 217,74 | 1730,88 |    |



**10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.**

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

8 день

| Примечание | Наименование блюда                                                                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|            |                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак    |                                                                                                                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|            | КАША вязкая молочная из риса и пшеница дружба с маслом №103                                                               | 180          | 8,70             | 13,70   | 28,40       | 220,60                           | 103          |                     |
|            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком №414                                                                                           | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,50       | 95,60                            | 414          | 2016                |
|            | БУТЕРБРОД с сыром №3 (БАТОН)                                                                                              | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
|            | Итого за прием пищи:                                                                                                      | 405          | 16,10            | 22,90   | 58,50       | 457,80                           |              |                     |
| II Завтрак |                                                                                                                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|            | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                            | 399          | 2011                |
|            | Итого за прием пищи:                                                                                                      | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                            |              |                     |
| Обед       |                                                                                                                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|            | Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                            | 1,2,3,4,5    |                     |
|            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                                  | 180          | 4,00             | 3,80    | 11,70       | 97,00                            | 43           |                     |
|            | ПТИЦА, тушеная в соусе с ОВОЩАМИ № 319                                                                                    | 180          | 9,00             | 5,80    | 16,70       | 129,00                           | 319          |                     |
|            | КОМПОТ из смеси СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 180          | 0,00             | 0,00    | 14,00       | 55,80                            | 53           |                     |
|            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
|            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                            | 7            |                     |
|            | Итого за прием пищи:                                                                                                      | 650          | 18,02            | 10,30   | 73,66       | 432,68                           |              |                     |
| Полдник    |                                                                                                                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
|            | СУП МОЛОЧНЫЙ с КРУТОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                    | 180          | 5,90             | 5,20    | 16,80       | 142,00                           | 85 а         |                     |
|            | ЧАЙ с САХАРОМ №411                                                                                                        | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                            | 411          | 2016                |
|            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
|            | Итого за прием пищи:                                                                                                      | 390          | 8,34             | 5,50    | 45,56       | 269,08                           |              |                     |
|            | Всего за день:                                                                                                            | 1595         | 43,26            | 38,90   | 192,42      | 1222,16                          |              |                     |

**ректор:**

**Директор:** \_\_\_\_\_

## Завтрак

### Прием пищи, наименование блюда

| Прием пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             |         | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|---------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |         |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                             |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Пшеничный с макаронными изделиями №85      | 180          | 7,56             | 10,00   | 23,76       | 135,14  | 85                            |              |                  |
| Терярод с маслом № 1 (БАТОН)               | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50  | 1                             |              | 2016             |
| Пшеничный с сахаром №411                   | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00   | 411                           |              | 2016             |
| того за прием пищи:                        | 410          | 10,86            | 17,50   | 58,26       | 361,64  |                               |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Железный №399                              | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60   | 399                           |              | 2011             |
| того за прием пищи:                        | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60   |                               |              |                  |
| <b>Обед</b>                                |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| И из свежей капусты с картошкой №47        | 180          | 2,30             | 4,50    | 7,40        | 73,44   | 47                            |              |                  |
| Фетель мясные (2 вариант) (говядина) №304  | 70/30        | 4,70             | 5,30    | 6,00        | 90,40   | 304                           |              | 2016             |
| Пшеничная рассыпчатая №165                 | 130          | 7,30             | 5,50    | 33,20       | 215,60  | 165                           |              | 2011             |
| Омлет из смеси сухих фруктов (изюм) № 53 а | 180          | 0,00             | 0,00    | 14,00       | 55,80   | 53 а                          |              |                  |
| Пшеничный № 6                              | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08   | 6                             |              |                  |
| Пшенично-пшеничный №7                      | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40   | 7                             |              |                  |
| того за прием пищи:                        | 650          | 18,52            | 15,90   | 87,46       | 564,72  |                               |              |                  |
| <b>Полдник</b>                             |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Пшеничный №9                               | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50  | 9                             |              |                  |
| Пшенично-пшеничный №413                    | 200          | 3,30             | 2,77    | 17,33       | 108,40  | 413                           |              | 2016             |
| того за прием пищи:                        | 250          | 7,10             | 7,67    | 54,53       | 316,90  |                               |              |                  |
| того за день:                              | 1460         | 37,28            | 41,27   | 214,95      | 1305,86 |                               |              |                  |

10 день

Heel-



10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

| Итого                      | б      | ж      | уг      | ккал     |
|----------------------------|--------|--------|---------|----------|
| Итого за период            | 456,80 | 441,89 | 2029,43 | 13872,18 |
| Среднее значение за период | 45,68  | 44,19  | 202,94  | 1387,22  |

прик рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

прик рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016. - 640 с.

лишь химического состава и калорийности российских продуктов питания: Сравонник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с: Скурихин И.М., Тутельян В.А.