

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

4 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 маслом	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
Каша манная жидкая с маслом сливочным	205	6,08	8,20	27,40	208	189	2012
Какао с молоком	180	3,80	3,20	15,60	107,00	043	2012
Итого за прием пищи:	415	13,12	15,50	50,00	377,00		
II Завтрак							
Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,80	78,00	442	2012
Итого за прием пищи:	180	0,96	0,24	17,80	78,00		
Обед							
Салат картофельный	50	0,80	7,60	6,00	96,00	43	2012
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	57	2012
Пудинг рыбный запеченный	80	10,10	5,30	20,10	165,00	269	2012
Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	2,50	2,00	9,80	67,00	129	2012
Чай с сахаром	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	035	2012
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,50	003	2012
Хлеб пшеничный	25	2,00	0,25	12,07	59,00	004	2012
Итого за прием пищи:	731	22,65	23,75	75,02	605,50		
Полдник							
Печенье	40	3,04	4,00	34,70	146,00	018	2012
Апельсин свежий	100	0,8	0,20	7,50	38,00	052	2012
Молоко кипяченое	200	5,90	4,00	9,80	99,00	434	2012
Итого за прием пищи:	340	9,74	8,20	52,00	283,00		
Всего за день:	1666	46,47	47,69	194,82	1343,50		

Завтрак



II Завтрак



Обед



Полдник