



Согласовано:

Заведующий

Р.П. Чернов



Утверждаю:

Руководитель (ИП)

Чернов К.А.

Александрович

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием
возрастной группы 3-7 года

Наименование	Выход,г р	Белки,г р	Жиры,г р	Углевод ы,гр	Калл
--------------	--------------	--------------	-------------	-----------------	------

ДЕНЬ 2

Завтрак

Чай с сахаром и лимоном	185	8,49	5,44	33,17	215,92
Чай с сахаром и лимоном	180	0,24	0	6	25,08
Бутерброд с маслом 30/5	35	2,07	6,56	13,03	119
Всего за завтрак	400	10,8	12	52,2	360

2 Завтрак

Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00
---------------	-----	------	------	------	-------

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	185	1,74	5,7	9,7	97,3
Котлеты рубленые из птицы	70	11,414	8,93	21,51	211,34
Рис припущенный	130	3,03	4,11	30,25	170,6
Салат из свежих огурцов	50	0,36	3,02	1,17	33,3
Компот из смеси сухофруктов с витам.С	180	0,456	0	17,82	72,9
Хлеб пшеничный	20	0,24	0,03	1,45	6,41
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Всего за обед	655	18,56	22,03	88,58	626,65

Полдник

Ватрушка с творогом	75	3,65	5,25	24,8	158
Кисломолочный продукт	180	6,75	6,35	17,6	155
Всего за полдник	255	10,40	11,60	42,40	313,00
Итого за второй день	1410	40,16	46,03	192,98	1346,65

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 27204200044744711627456827203701841243036
Подписан Чернов Рост Александрович
Действителен с 16.04.2024 по 16.04.2025