

Согласовано:

Заведующий

Утверждаю:

Руководитель (ИП)

Чернов К.А.

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием
возрастной группы 1-3 года

Наименование	Выход,г р	Белки,г р	Жиры,г р	Углевод ы,гр	Калл
ДЕНЬ 7					
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	155	3,26	6,2	22,14	123,04
Чай с сахаром и лимоном	180	0,24	0	6	25,08
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,9	3,2	12,46	131,88
Всего за завтрак	375	8,4	9,4	40,6	280
2 Завтрак					
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	155	3,64	3,8	7,84	85,52
Котлеты, биточки,шницели	50	7,04	6,203	14,25	129,12
Картофельное пюре	110	2,38	3,85	14,48	102,2
Салат из свежих огурцов	30	0,22	1,81	0,7	19,98
Компот из свежих плодов с витамином "С"	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб пшеничный	25	0,30	0,04	1,81	8,01
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
Всего за обед	545	15,35	16,12	68,34	474,28
Полдник					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	130	2,54	5,25	24,8	158
Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Всего за полдник	280	6,89	9	30,8	233
Итого за седьмой день	1300	31,04	34,92	149,54	1034,28