

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.Т.

Утверждаю:

Руководитель (ИИ)

Чернов К.А.

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	Витам.
ДЕНЬ 1						
Завтрак						
Хлеб пшеничный	130	10,78	19,2	2,04	224	0,2
Икра каюачковая	50	1	3,25	4,25	61,67	0,04
Чай с сахаром	200	0,6	0,01	15	60	0,3
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,9	18,2	12,46	131,88	0,04
Всего за завтрак	420	16,74	40,66	33,75	477,55	0,58
2 Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40
Обед						
Салат из капусты с морковью	50	0,85	0,53	3,05	20,98	1,75
Суп картофельный с бобовыми(горох) на курином бульоне	180	3,95	3,79	11,9	106,74	5,12
Зразы мясные с яйцом	70	7,31	14,79	8,09	194,94	0,07
Картофельное пюре	130	2,71	4,16	18,55	122,87	1
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0
Компот из свежих плодов с витамином "С"	180	0,14	0,14	25,092	103,14	0,81
Всего за обед	660	18,05	24,07	83,052	636,34	8,75
Полдник						
Оладьи из творога со сгущенным молоком	120	13,58	13,38	20,54	259,15	0,39
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,152
Всего за полдник	300	17,25	16,57	36,36	366,15	1,542
Итого за первый день	1480	52,54	81,3	163,262	1522,44	50,872

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 272042000478471318274568272031841243030
Идентификатор Подписи: 16.04.2024 по 16.04.2025