

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.Т.

Утверждено:

Руководитель ИИЦ

Кирилл 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,г	Калл	Витам.
ДЕНЬ 5						
Завтрак						
Молоко пшеничная						
пшеничная	180	5,06	5,99	15,48	244,3	0,48
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,22
Бутерброд с маслом 30/5	35	2,42	3,13	9,802	119	0
Всего за завтрак	415	10,65	11,8	41,232	463,9	0,7
2 Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40
Обед						
Морковь припущенная	50	0,97	1,79	0,97	33	1,15
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	180	1,8	2,16	13,18	81,36	7,06
Фрикадельки куриные	70	10,43	7,98	9,03	150,5	4,71
Рагу из овощей	130	2,6	10,4	13,5	158,3	12,3
Соус сметанный	20	0,41	1,05	1,42	16,76	0,07
Компот из смеси сухофруктов с вит.С	180	0,6	0,08	28,8	119,52	0,65
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0
Всего за обед	680	19,9	24,12	83,27	647,11	25,94
Полдник						
Сырники с молоком сгущенным 100/20	120	16,27	8,74	24,86	243	0,39
Молоко кипяченое	180	5,48	10,36	9,07	102	2,96
Всего за полдник	300	21,75	19,1	33,93	345	3,35
Итого за пятый день	1495	52,8	55,02	168,532	1498,41	69,99

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 37320420004784751362745682720318641243030
Подписан: Маркова Р.Т. Шахты
Дата: 16.04.2024 по 16.04.2025