

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

*Маркова Р.Т.*  
Маркова Р.Т.



Затверждаю:

Чернов К.А.  
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 6

Завтрак



Макаронные изделия отварные с маслом и сахаром	160	5,74	4,52	42,5	233,78	0
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
Бутерброд с повидлом 30/15	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48
Всего за завтрак	405	8,31	8,48	86,4	421,38	0,78

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	10
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----

Обед

Суп с картофельный с клецками на курином бульоне	180	1,89	2,52	12,96	83,7	2,79
Мясо духовое	200	17,4	18,9	14,9	299	11,66
Салат из капусты с морковью	50	0,85	0,53	3,05	20,98	1,75
Кисель из свежих плодов (яблок) с вит.С	180	0,07	0,04	20,73	100,44	1,62
Хлеб пшеничный	30	1,8	0,75	7,35	46,41	0
Хлеб ржаной	30	1,91	0,3	12,3	59,4	0
Всего за обед	670	23,92	23,04	71,29	609,93	17,82

Полдник

Булочка Российская	60	4,22	4,81	29,22	177	0
Чай с молоком	190	0,34	2,83	16,84	106,18	0
Всего за полдник	250	4,56	7,64	46,06	283,18	0
Итого за шестой день	1425	37,19	39,56	213,55	1361,49	28,6