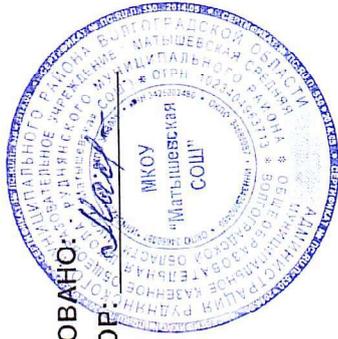


УТВЕРЖДАЮ:

Директор:



СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР:

10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным питанием  
детей дошкольного возраста 1-3 года



Утверждено:  
Директор: *Маслов*

6-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>1 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	150	7,80	7,40	28,30	200,55	101
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>13,50</b>	<b>16,40</b>	<b>59,10</b>	<b>434,35</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20	47
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10	319
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>12,71</b>	<b>9,08</b>	<b>52</b>	<b>305,52</b>	
<b>Полдник</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30	85 а
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>330</b>	<b>7,40</b>	<b>4,60</b>	<b>39,86</b>	<b>234,88</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1200</b>	<b>33,61</b>	<b>30,08</b>	<b>150,96</b>	<b>974,75</b>	

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор: *Масл*



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2 день							
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	25,70	183,80	103	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>11,65</b>	<b>18,12</b>	<b>49,60</b>	<b>370,40</b>		
Обед							
Овощи по сезону (или: огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90	43	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60	304	2016
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00	136	2016
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50	247	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>14,11</b>	<b>11,24</b>	<b>78,30</b>	<b>439,22</b>		
Полдник							
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00	10	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>4,10</b>	<b>4,00</b>	<b>59,90</b>	<b>295,80</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1205</b>	<b>29,86</b>	<b>33,36</b>	<b>187,80</b>	<b>1105,42</b>		

Утверждено: \_\_\_\_\_ Утвержденное дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор: \_\_\_\_\_

3 день

Утверждено: _____ Директор: _____	Утверждено: _____ Директор: _____	Утверждено: _____ Директор: _____	Утверждено: _____ Директор: _____	Утверждено: _____ Директор: _____	Утверждено: _____ Директор: _____	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецен-туры	Сборник рецептур
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>											
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30					237,00	102	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20					169,50	1	2016
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40					46,50	412	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,11</b>	<b>15,70</b>	<b>65,90</b>					<b>453,00</b>		
<b>Обед</b>											
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70					12,90	1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10					61,40	86	2016
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54					60,00	261	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00					182,70	165	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60					46,50	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64					46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26					39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>17,47</b>	<b>9,84</b>	<b>71,84</b>					<b>449,82</b>		
<b>Полдник</b>											
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00					26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64					46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30					45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>2,26</b>	<b>0,95</b>	<b>24,94</b>					<b>118,14</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1210</b>	<b>27,84</b>	<b>26,49</b>	<b>162,68</b>					<b>1020,96</b>		

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00					26,42	108	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64					46,72	6	
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30					45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>2,26</b>	<b>0,95</b>	<b>24,94</b>					<b>118,14</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1210</b>	<b>27,84</b>	<b>26,49</b>	<b>162,68</b>					<b>1020,96</b>		



Итого дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор: [Signature]

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	154,00	185	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30	414	2016
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,40</b>	<b>10,80</b>	<b>49,50</b>	<b>339,90</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90	1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80	63	2016
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70	321	
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50	247	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>27,61</b>	<b>23,98</b>	<b>71,30</b>	<b>599,22</b>		
<b>Полдник</b>							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60	154	
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20	413	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>12,40</b>	<b>11,10</b>	<b>37,90</b>	<b>282,80</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1130</b>	<b>51,41</b>	<b>45,88</b>	<b>158,70</b>	<b>1221,92</b>		

Утверждено:  10-дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор: 

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62	85
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>10,70</b>	<b>15,02</b>	<b>45,70</b>	<b>299,22</b>	
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,10	2,20	6,60	53,60	135
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	60/30	6,00	5,80	13,45	137,00	455/363
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330	100	9,60	4,60	21,30	167,00	330
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	20	1,25	0,20	8,26	39,60	7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>19,51</b>	<b>13,00</b>	<b>70,85</b>	<b>490,42</b>	
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50	412
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>4,86</b>	<b>7</b>	<b>37,6</b>	<b>232,1</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1075</b>	<b>35,07</b>	<b>35,02</b>	<b>154,15</b>	<b>1021,74</b>	