Согласовано:
Заведующий МБДОУ №9 г.Шахты
_____ Е.Е. Вифлянцева
печать, подпись, расшифровка

Утверждаю:
ИП Чернов К. А.
печать, подпись, расшифровка

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждениях возрастной группы 3-7лет, с 10 часовым пребыванием

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	Выход
Б	Ж	У			
				Неделя 1/ день 2	
Завтрак					
4,95	4,09	16,07	120,89	суп молочный с макаронными изделиями	180
3,24	7,6	19,45	159,52	бутерброд с маслом 40/10	50
0,28	0,00	9,54	39,28	чай с лимоном и сахаром	180
8,47	**11,69**	**45,06**	**319,69**	**Итого**	**410**
2-й завтрак					
0,40	0,40	9,80	47,00	фрукты свежие	100
0,4	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**Итого**	**100**
Обед					
0,67	2,25	3,83	38,00	свекла отварная с растительным маслом	50
1,42	4,20	12,98	95,40	борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	185
14,14	3,20	10,10	126,40	котлеты рубленные из птицы	70
7,19	6,30	13,20	210,26	гречка расыпчатая	130
0,28	0,99	1,40	16,02	соус сметанный с томатом	20
0,45	0,00	17,82	72,90	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
2,00	0,33	16,47	76,85	хлеб ржаной	30
1,57	0,20	9,67	46,76	хлеб пшеничный	20
27,72	**17,47**	**85,47**	**682,59**	**Итого**	**685**
Полдник					
12,40	7,40	21,00	199,60	запеканка из творога с морковью	120
0,60	2,58	3,97	41,50	соус молочный сладкий	20
4,35	3,75	6,00	75,00	кисломолочный продукт	150
17,4	**13,7**	**31,0**	**316,1**	**Итого**	**290**
53,9	**43,3**	**171,3**	**1365,4**	**Всего на день**	**1485**
				Соль йодированная	**5**