



Согласовано:
 Заведующий МБДОУ №9 г.Шахты
 Вифлянцева Т. Г.



Утверждаю:
 Руководитель (ИП)
 Чернов К. А.

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием
 возрастной группы 3-7 года

посреда

ДЕНЬ 6

Завтрак

Макаронник	160	6,35	9,42	41,64	275,7	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	8,92	13,38	85,54	463,3	0,78

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----

Обед

Суп с картофельный с клецками	180	1,89	2,52	12,96	83,7	2,79
Мясо духовое	200	17,4	18,9	14,9	299	11,66
Свекла отварная с растительным маслом	50	0,71	3,04	4,2	46,95	4,75
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	23,78	25,55	72,44	635,9	20,82

Полдник

Булочка Российская	60	4,22	4,81	29,22	177	0
Чай с молоком	190	2,82	2,47	15,11	93,94	0
Всего за полдник	250	7,04	7,28	44,33	270,94	0