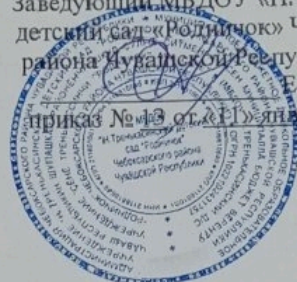


Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ «Н.Тренькасинский
 детский сад «Родничок» Чебоксарского
 района Чувашской Республики
 Е.А. Сергеева
 приказ № 13 от «11» января 2022 г.



**Примерные 10-дневные рационы питания (меню)
 для организации питания детей от 1,5 до 3-х лет и от 3-х до 7-ми лет
 в МБДОУ «Н.Тренькасинский детский сад «Родничок»
 Чебоксарского района Чувашской Республики
 с 12-часовым пребыванием детей**

День 1
 с 1 - 3 лет

Наименование блюд/ № технологической карты	объем порций (г.) 1-2/2-3 г.	брутто	нетто	белки	жиры	углевод ы	калора ж
Завтрак							
Макаронны отварныы с тертым сыром /№ 98	110/160-10			7,48	7,71	34,93	243,08
макаронны		50	50				
сыр		10,7	10				
масло сливочное		6	6				
Чай с лимоном /№ 149	150\180			0,02	-	10,03	40,62
чай		0,6	0,6				
сахар		10	10				
лимон		5	3				
Хлеб пшеничный с маслом/№ 134	30/5			2,32	3,87	14,65	102,65
масло сливочное		5	5				
хлеб пшеничный		30	30				
Всего на завтрак				9,82	11,58	59,61	386,35
Энергетическая ценность с учетом тепловой обработки				9,23	10,19	54,24	345,59
Второй завтрак: фрукты (груша) /№ 87	70	80	70	0,27	0,22	6,84	30,24
Обед							
Салат овощной: свекольныы с яблоками /№ 184	30/45			0,47	3,08	5,92	52,93
масло растительное		3	3				
сахар		2	2				
яблоко		15	13				
свекла		37	27,2				