

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 19.05.2023г
Весенне-летний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/п)	Цена	Дневная энергетическая ценность										Витамины и минеральные вещества						
				Питательная ценность																
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
Завтрак	1. Бутерброд с маслом сливочным	400(30/10)	13,44	145,2	2,36	8,49	14,66	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44					
	84. Суп молочный с вермишелью	200	14,43	265,5	21,68	17,94	34,28	0,84	0,66	73,8	0,18	281,4	313,76	36,68	0,76					
	393. Напиток с молоком	200	11,61	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98					
	Итого завтрак	440	39,48	554,7	27,83	29,63	74,75	0,92	1,96	73,82	0,23	414,52	455,96	73,28	2,18					
Завтрак 2																				
		100		94,3	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1					
	Итого завтрак 2	100		94,3	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1					
Обед	10. Салат из зеленого горошка	60	9,83	90,16	1,07	1,87	0,02	0,06	6,6	0,41	1,64	13,39	35,97	12,48	0,42					
	98. Суп картофельный с крутой	200(75)	9,74	87,8	1,51	3,98	11,42	0,04	14,4	0,18	1,88	18,8	40,08	16,6	0,52					
	294. Пюре картофельное из плацки с соусом	60(30)	33	364	8,45	9,85	10,16	0,11	0,84	0,13	1,79	17,94	88,8	13,4	0,96					
	102. Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155(150/5)	16,95	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61					
	349. Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,09	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Хлеб Дарницкий	30	2,22	71,5	3,12	0,16	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Хлеб пшеничный	30	2,22	71,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22					
	Итого обед	765	76,96	841,87	24,91	22,53	186,37	0,46	23,84	0,74	5,94	89,03	343,75	182,48	6,74					
Полдник	Бифилайф	200	23,55	102	6	5	8,4	0,06	0,9	60	0	372	276	42	0,3					
	Печенье	50	10,8	84	3,76	5,9	17,46	0	0	0	0	0	0	0	0					
	Итого полдник	250	34,35	186	9,76	10,9	45,86	0,06	0,9	60	0	372	276	42	0,3					