10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 1,5-3 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа-город Камышин /зимнее с 9 января 2019г./92 руб./

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУПОП г. Камышин
"Комбинат социального питания"

_____Ч.И. Садыхов

"____" _____2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

_____

"_____" _____ 2019 г.

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 09.янв	Пищевые вещества (Г) Б	Ж	У	Знерг. Ценн..ю ю (калл)	Витамин С	№ рецептуры
День 1								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/5/5г.	15,63	15,538	4,953	154,9	0,03	ТТК-16г
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180гр.	0,513	0,054	12,034	85,5	1	№383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
		0	0		0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)	100гр.	0,5	0	10,1	42,6	2	№399
			0	0	0	0	0	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	10/200г.	3,302	8,12	5,05	143,4	5,94	№67
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ №354	50/10гр.	8,181	7,362	38,92	142,53	5,97	№286
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100гр.	1,86	4,913	5,485	67,6	15,446	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,37	0,3	14,49	94	0	
			0	0	0	0	0	0
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	70/10г.	14,83	10,49	21,73	293,21	0,77	№237
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
			0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	180г.	3,54	7,43	14,7	140	0,58	№140
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0	
Итого за 1 день:			59,00	56,00	215,00	1560,00	32,14	

1,5-3года. с 9 января 2019г. 92р.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 5январ.	Пищевые вещества (Г) Б	Ж	У	Энерг. ценн. (калл)	Витамин С	№ рецептуры
День 2								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150/3/5г.	6,82	9,55	3,04	119,4	0,9	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180гр.	0,423	0,018	24,99	101,7	0,3	№376
Обед	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	10/200г.	6,817	14,425	3,188	282,25	13,3	№81
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ № 354 С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	25/100гр.	19,74	21,92	29,31	226,48	3,87	№151
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180гр.	0,423	0,018	24,989	101,7	0,3	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	60гр.	10,265	3,2	6	61,3	0	№151
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	**100гр.**	1,28	2,15	4,32	41,76	2	№136
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0,01	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170гр.	2,67	2,34	14,31	139,31	1,2	№394
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	1/50гр.	0,32	0,32	27,9	116	3,48	№385
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
Итого за 2 день:			**59,00**	**56,02**	**215,09**	**1560,00**	**25,42**	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знергетическая	Витамин С	№ рецепту
		09.янв	Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ с маслом и сахаром	150/3/5г.	3,31	3,45	13,2	181	0,7	№185
	КАКАО С МОЛОКОМ	1/170гр.	2,15	1,9	10,5	74,2	1,2	№397
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
Обед								
	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ С ТУШЕНКОЙ	20/200г.	10,28	4,24	8,7	229,8	5,34	№72
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ №354	50/10гр.	21,9	35,7	21,9	150	0,5	№308
	РИС ОТВАРНОЙ	100гр.	3,1	3,4	3,7	112	0,2	№315
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
Уплотненный полдник			0	0	0	0	0	
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80/10гр.	8,02	5,08	10,03	130,2	0,24	№239
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
			0	0	0	0	0	
Ужин	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	1/180гр.	0,513	0,054	12,034	80,46	1	№383
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	1/50гр.	0,32	0,32	27,9	116	3,48	№385
Итого за 3 день:			59,00	56,04	215,33	1560,16	13,37	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 5янв.	Пищевые вещества (Г)			Энерг. ценн.(к	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60гр.	9,1	8,52	2,16	182,2	0	№215
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	1/150гр.	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№394
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	14/30гр.	6,84	3,79	22,11	159	0,13	№3
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
			0	0	0	0	0	
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	15/200г.	3,48	8,367	11,5	108,34	5,94	№76
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ И СОУСОМ №355	100/10г.	13,46	13,79	9,64	139	0,09	№298
	МОРКОВНАЯ ИКРА	1/100гр.	4,3	7,45	7,5	145	0	№54
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	35гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
Уплотненный полдник			0	0	0	0	0	
	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С МАСЛОМ	150/5гр.	9,66	10,09	25,22	176	2,1	№212
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0	
Ужин			0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ФРУКТЫ /ЯБЛОКИ/	1/50гр.	0,4	0,4	9,8	44	10	№368
Итого за 4 день:			59,00	56,00	214,97	1560,04	20,20	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецепту
		5январ.	Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	1/150гр.	6,4	1,35	6,2	83,59	1,02	№94
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	1/180гр.	0,513	0,054	20,034	80,46	1	№383
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	шт.	5,08	3,6	0,28	63		№216
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП ПШЕНИЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	10/200г.	3,47	2,43	1,32	280,75	7,6	№80
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50гр.	11,65	27,71	16,35	80,8	0,62	№305
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100гр.	1,86	4,913	5,485	67,6	15,446	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50гр.	15,32	7,07	9,64	139	0,5	№282
	СВЕКОЛЬНОЕ ПЮРЕ	80гр.	2,3	6,2	0,345	95,1	0	№324
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20гр.	2,64	0,48	10,02	52,2	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
Ужин			0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	50гр.	0,28	0,28	27,9	91	3,48	№385
Итого за 5 день:			**58,98**	**56,00**	**214,93**	**1560,00**	**30,41**	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 05.янв	Пищевые вещества (Г) Б	Ж	У	Знерг. ценн.	Витамин С	№ рецепту
День 6								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	150/15/5г	13,4	15,41	6,8	137,5	0,03	№206
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	1/150гр.	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ /яблочный/	1/100гр.	0,5	0	10,1	42,67	2	№399
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ№120 С КУРИЦЕЙ	15/200г.	3,916	6,58	17,5	160,5	0,36	№85
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	30/150г.	13,09	16,05	17,4	180,9	7,34	№302
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	1/50гр.	1,15	1,108	2,21	9,3		№20
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
Уплотненный			0	0	0	0	0	
	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ (овсяная) с маслом и сахаром	150/4/5г	1,234	4,2	10,9	108	1,27	№185
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0,01	
Ужин			0	0	0	0	0	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	1/150гр.	5,48	4,88	9,07	102	2,46	№400
	ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ПОВИДЛОМ	1/50гр.	6,18	3,22	34,32	275	0,03	№459
Итого за 6 день:			59,00	55,96	215,08	1560,17	15,07	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92 руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
		09.янв	Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ с маслом и сахаром	120/3/3г.	4,27	4,86	13,91	137	0,38	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	8/30гр.	4,84	5,39	9,56	159	0,13	№3
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	10/200г.	3,463	6,637	5,76	110,6	8,4	№80
	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50гр.	5,46	22,679	1,37	117,8	0	№282
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120гр.	9,3	0,753	15,4	61,7	0	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОУСОМ №353	50/10гр.	11,81	6,92	8,51	113,7	0,29	№269
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	1/100гр.	4,56	3,83	15,82	148	0,1	№166
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	2,37	0,3	14,49	70,5	0,01	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	1/40гр.	6,15	3,653	17,55	154,7	0,02	№458
Итого за 7 день:			59,00	56,00	215,00	1560,00	10,10	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 9янв.	Пищевые вещества (Г) Б	Ж	У	Знерг. ценн.	Витамин С	№ рецепту
День 8								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ с маслом и сахаром	150/3/3г.	6,06	5,7	24,05	168,5	1,3	№185
	ЧАЙ С САХАРОМ	1/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ(яблочный)	100гр.	0,5	0	10,1	42,67	2	№399
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ	10/200г.	3,71	7	7,28	170,36	14,3	№82
	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ №354	50/10гр.	13,59	11,32	21,91	206,07	0,87	№282
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100гр.	1,86	4,913	5,485	67,6	15,446	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
Уплотненный полдник	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С САХАРОМ	80/3/5гр.	15,7	17,2	8,23	124	0,12	№230
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ И С ПОВИДЛОМ	100/10г.	8,45	7,95	35,59	316	3,48	№451
Итого за 8 день:			59,00	56,00	215,00	1560,00	37,95	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 09.янв	Пищевые вещества (Г) Б	Ж	У	Знерг. ценн.	Витамин С	№ рецепту
День 9								
Завтрак	**ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом**	100г.	2,38	2,917	8,08	119,5	0,7	№188
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	1/150гр.	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№394
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ /хлеб пшеничный/	8/20гр.	2,44	7,55	14,62	171	0,07	№1
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,3	№376
			0	0	0	0	0	
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И тушенкой	11/200г,	8,48	5,576	6,372	87,9	4,18	№57
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	27/100г.	21,05	17,172	19,33	218,3	11	№276
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50/40гр.	8,49	9,376	6,784	116,1	0,25	№247
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100гр.	1,1	6	8,405	95,003	0	№313
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	2,745	0,957	14,718	79,5	0	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	1/50гр.	2,92	3,21	24,06	136,7	0,2	№454
Итого за 9 день:			**59,00**	**56,05**	**214,92**	**1560,00**	**18,30**	

1,5-3г. с 9 января 2019г. 92руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энергет	Витами	№	
		9январ.	Б	Ж	У	ич.	н С	рецепту	
День 10									
Завтрак	ДРАЧЕНА	60гр.	4,52	11,69	25,05	160	0,5	№228	
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180гр.	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	8/30гр.	4,84	5,39	9,56	159	0,13	№3	
II Завтрак			0	0	0	0	0		
	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)	100гр.	0,5	0	10,1	42,67	2	№399	
Обед			0	0	0	0	0		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	10/200г.	3,75	2,46	7,48	184,16	5,94	№77	
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	25/130гр	17,03	14,4	40,3	203	0,56	№304	
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	1/50гр.	1,504	2,372	8,74	71,3	0,34	№45	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	0,4	0,018	24,99	101,7	0,34	№376	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,64	0,48	13,36	69,6	0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	3,16	0,4	19,32	94	0		
			0	0	0	0	0		
Уплотненный полдник	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	100/10г.	17,6	15,95	12,53	244	0,05	№447	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	1/150гр.	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№394	
			0	0	0	0	0		
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г..	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392	
	ФРУКТЫ /яблоки/	1/50гр.	0,56	0,56	13,72	61,6	14	№368	
Итого за 10 день:			59,29	56,10	215,04	1560,03	25,12		
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД		590,3	560,2	2150,4	15600,4	228,1		
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		59,0	56,0	215,0	1560,0	22,8		

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд
и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.