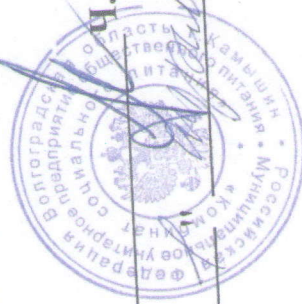


10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

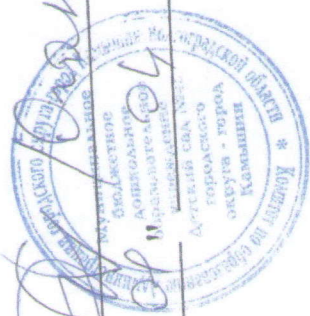
для детей дошкольного возраста 1 - 3 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа
Камышин /с 1 апреля 2021г./99,44 руб./

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУПОП г. Камышин
"Комбинат социального питания"



Ч.И. Садыхов
" " " 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ Дсн 45



" " " 2021 г.

1-3г. мякоть говядина с 1 апреля 2021г. 99,44руб.

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)			Знерг. Ценн.. (калл)	Витами н С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ И МАСЛОМ	150/5/5г.	6,44	4,62	5,6	135,37	0,03	ТТК-16г
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
			0	0	0	0	0	
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С	10/180г.	5,065	15,996	7,628	144,217	5,94	№67
	ТУШЕНКОЙ ГОВЯЖЬЕЙ	60гр.	4,65	15,3	7,2	113,65	5,97	№286
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ №348 /50/10г./	110гр.	5,7	1,8	15,6	106	0,1	№317-97
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ № 354 /100/30г./	130г.	7,39	5,72	14,17	135,01	0,77	№237
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
Ужин			0	0	0	0	0	
	ОВОЩНОЕ РАГУ	130гр.	3,54	2,43	4,7	120	0,58	№344
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
Итого за 1 день:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
			44,71	47,00	200,84	1400,85	14,16	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн. (ккал)	Витамины и С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150г/5г.	4,05	2,3	12,35	209,1	0,9 №168	
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03 №392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,3 №376	
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ /горох/ И ТУШЕНОЙ ГОВЯЖЬЕЙ	9/180г.	6,14	10,2	9,8	159,73	13,3 №81	
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ № 355 С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ /20/110г./	130гр	7,978	15,85	8,86	162	3,87 №151	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ПЛОДОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,3 №376	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	ОЛАДЫ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	50гр.	10,1	7,7	14,1	114,55	0 №425-96г	
	КАША ПЕРЛОВАЯ	110гр.	3,1	10,4	12,2	109	2, №314	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03 №392	
Ужин	ФРУКТЫ /ЯБЛОКИ/		0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0,2	4,9	23,5	3,48 №385	
Итого за 2 день:			42,68	47,68	203,27	1400,28	24,24	

1-3года.

с 1 апреля 2021г.

99,44г.

с 1 апреля 2021г. 99,44

1-3г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Энергетическая	Витамины и С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 3 Завтрак								
	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ с маслом и сахаром	150/5/5г.	6,315	3,73	11,62	169,525	0,7	№168
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150гр.	2,25	2,1	9,6	66,44	1,2	№395
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
			0	0	0	0		
		100гр.	0	0	17	48	2	№399
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)							
			8,23	6,71	12,37	156,6	5,94	№76
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	20/180г.						
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ № 355	60/10гр.	5,537	6,677	4,836	154,2	0,5	№308
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110гр.	3,98	0,9	25,91	181,52	0,2	№315
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
Уплотненный полдник			0	0	0	0	0	
	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20гр	8,5	26,2	14	160	0,05	№447
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
			0	0	0	0	0	
Ужин	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180гр.	0	0	22,5	87,84	1	№383
	ФРУКТЫ /ЯБЛОКИ/	50гр.	0,2	0,2	4,9	23,5	3,48	№385
Итого за 3 день:			42,68	47,35	200,44	1400,83	15,44	

99,44

с 1 апреля 2021г.

1-3г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Энерг. ценн.(к ккал)	Витами н С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ с маслом и сахаром	150/3/5г.	5,07	2,9	17,43	70,84	0,38	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	15/30гр.	5,126	3,332	1,944	217,73	0,13	№3
		100гр.	0	0	17	48	2	№399
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)	10/180г.	6,82	9,56	17,28	144,98	5,34	№83
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	130г.	6,08	13,28	17,36	211,2	0,09	№298
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ И СОУСОМ №355	100гр.	2,79	3,77	14	98	0	№314
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0	0	0	0	0	0
Уплотненный полдник	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354 /70/30г./	100г.	7,8	13,84	10,855	132,6	2,1	№231
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ФРУКТЫ /ЯБЛОКИ/	50гр.	0,2	0,2	4,9	23,5	3,48	№385
Итого за 4 день:			41,92	47,71	203,67	1400,85	13,95	

1-3г. с 1 апреля 2021г. 99,44

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая	Витамины и С	№ рецепту
			Б	Ж	У	У			
День 5 Завтрак		160гр.	2,45	1,3	8,15	136,4	1,02	№94	
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ /рисовый/	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392	
	ЧАЙ С САХАРОМ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	15/180г.	5,525	16,09	6,17	112,23	0,36	№85	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ №120 С КУРИЦЕЙ	50гр.	6,1	15,2	6,9	121	0,62	№305	
ОБЕД	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	100гр.	11,6	2,7	14	135,2	7,28	№321	
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0		
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0	0	0	0	0		
				4,5	10,04	8,55	124	0,5	№247
У плотненный полдник	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ /60/40г./	100гр.	1,03	1,2	4,345	75,1	0	№33	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0		
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	180гр.	0	0	22,5	87,84	1	№383	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		0,18	0	0	50,4	0,03	№392	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	50гр.	0,2	0,2	4,9	23,5	3,48	№385	
	ФРУКТЫ ЯБЛОКИ		42,70	47,89	206,52	1400,67	15,00		
Итого за 5 день:									

99,44р.

с 1 апреля 2021г.

1-3г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	Витами Н С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 6 Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ 1/12/13/5г./	130гр.	6,73	11,87	12,31	104,1	0,03	№206
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ 1/20гр.	1/180гр.	0	0	22,5	87,84	1	№383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	0
	СОК ФРУКТОВЫЙ /яблочный/	1/100гр.	0	0	0	0	0	№399
II Завтрак			0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ/пшеничной/ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	10/180г.	6,52	12,06	8,03	148,44	7,6	№80
	ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ /30/120г./	150гр.	7,36	12,23	9,666	154,5	7,34	№302
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	100гр.	4,32	3,58	5,92	103,6	0,34	№136
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	0	0	0	0	0	0
Уплотненный	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ (овсяная) с маслом и сахаром	150/3/5г	4,8	3,15	11,3	153	1,27	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	0
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ПОВИДЛОМ	50гр.	2,58	3,495	16,3	149,28	0,03	№459
Итого за 8 дней:			41,78	47,42	203,09	1400,76	19,67	

1-3г. с 1 апреля 2021г. 99,44гр./

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая	Витами н С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ вязкая ПШЕННАЯ с маслом и сахаром	150/3/5г.	3,07	2,9	7,43	70,84	0,38	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	10/180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	8/30гр.	2,126	2,332	1,944	127,73	0,13	№3
			0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
			0	0	0	- 0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ /рисовый/ И ТУШЕНКОЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	9/180гр.	5,82	7,09	10,57	119,8	8,4	№80
	ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ/протертая печень/ /25/25гр./	50гр.	3,15	8,55	2,65	73,5	0	№387-96
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110гр.	3,98	0,9	15,91	115,52	0,2	№315
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
			0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ №355	70гр.	8,42	1,42	10,48	99,78	0,29	№255
	КАПУСТА СВЕЖАЯ ТУШЕНАЯ	100гр.	2,48	3,884	11,313	104,13	20,6	№338
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40гр.	3,98	19,385	11,62	115	0,02	№458
Итого за 7 день:			42,52	47,29	203,22	1400,30	30,79	

99,44р.

1-3г. с 1 апреля 2021г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Знерг. ценн.	Витами н С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ с маслом и сахаром	150/33г.	3,12	1,28	14,56	127	1,3 №168	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03 №392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
			0	0	0	0	0	
II Загтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34 №376	
			0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ	10/180г.	7,08	12,3	6,49	138,6	14,3 №82	
	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ №355	60гр.	6,62	11,514	10,466	129,684	0,87 №282	
	РИС ОТВАРНОЙ	100гр.	6,6	0,7	38,1	340,6	№315	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34 №376	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20гр.	1,32	0,22	8,2	41,2	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
Уплотненный полдник	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С САХАРОМ /80/5гр./	85гр.	11	21,437	5,235	135,05	0,12 №230	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03 №392	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03 №392	
	ФРУКТЫ ЯБЛОКИ	50гр.	0,2	0,2	4,9	23,5	3,48 №385	
Итого за 6 день:			42,64	48,05	202,07	1400,13	20,84	

99,44р.

с 1 апреля 2021г.

1-3г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (г)			Знерг. ценн.	Витами н С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180г.	2,35	11,3	8,15	146,4	1,02	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	20гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		1,62	0,2	9,76	48,4	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376
			0	0	0	0	0	
			3,28	11,09	14,34	131,36	4,18	№57
ОБЕД								
	БОРЩ С КАПУСТОЙ /свежей/ И КАРТОФЕЛЕМ И тушенкой	10/180г.						
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	130гр.	3,12	12,08	17,36	150	11	№276
	/25/105гр./		1,46	0	28,4	120	0,34	№376
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ПЛОДОВ	1/180гр.	1,32	0,22	8,2	41,2	0	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20гр.	1,62	0,2	9,76	48,4	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20гр.	0	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ С СОУСОМ	55гр.	2,3	1,3	8,8	123,92	0,25	№256
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	100гр.	2,79	9,27	7,1	98	0	№314
	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20гр.	1,32	0,22	8,2	41,2	0	
			0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392
	ПИРОЖОК СЛОБНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	40гр.	18,89	2	17,5	180	0,2	№454
Итого за 9 день:			42,07	47,88	203,77	1400,08	17,42	

99,44р.

с 1 апреля 2021г.

1-3г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 1 апр.	Пищевые вещества (г)				Энергет ич.	Витами н С	№ рецепту
			Б	Ж	У	У			
День 10									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150гр.	2,15	5,3	10,15	146,4	1,02	№93	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180гр.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ /булочка Молочная/	8/30гр.	2,126	2,332	1,944	127,73	0,13	№3	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376	
			0	0	0	0	0		
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	7/180гр.	6,972	5,2	14,427	158,522	5,94	№77	
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ /25/115гр./	140гр.	14,4	5,2	27,45	218,1	0,56	№304	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	1/180гр.	1,46	0	28,4	120	0,34	№376	
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	30гр.	1,98	0,33	12,3	61,8	0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30гр.	2,43	0,3	14,64	72,6	0		
			0	0	0	0	0		
Уплотненный полдник	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20гр	8,5	26,2	14	160	0,05	№447	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180гр.	0	0	22,5	87,84	1	№383	
			0	0	0	0	0		
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180г.	0,18	0	12,6	50,4	0,03	№392	
	ФРУКТЫ /яблоки/	50гр.	0,2	0,2	4,9	23,5	3,48	№385	
Итого за 10 день:			42,04	45,06	204,31	1397,29	12,92	184,4	
			425,7	473,3	2031,2	14002,0			
			42	47	203	1400			

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД

ЗНАЧЕНИЕ ПО НОРМАМ СанПина 2.3/2.4.3590-20

СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД

18,4

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