

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
«Детский сад» с. Будармша
_____ Толеспаева А.А.

Ежедневное меню питания детей дошкольного возраста (1,5-7 лет)														
4 день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет						От 3-х лет до 7-ми лет					
			Выход	Б	Ж	У	ккал	С	Выход	Б	Ж	У	ккал	С
Завтрак	Каша молочная манная	277	180	5,58	6,37	27,81	193,48	1,24	200	6,21	7,08	30,91	214,98	1,38
	Батон с повидлом	3	25	1,87	0,72	12,85	65,5		30	2,61	0,85	15,42	78,6	
			9	2,08	2,655	0	32,4		10	2,32	2,95	0	36	
	Чай с молоком	394	180	2,67	2,34	14,31	89,0	1,20	200	2,96	2,6	15,9	98,88	1,33
	ВСЕГО			11,46	13,43	56,77	396,24			12,81	14,162	61,46	424,83	
2-ой завтрак	Сок	532	100	0,5	0	12,7	55	4	100	0,5	0	12,7	55	4
	ВСЕГО:			0,40	0,40	9,80	44,00	10,0	100	0,40	0,40	9,8	44,00	
Обед	Салат из зеленого горошка с луком	313	45	1,18	3,81	2,93	50,25	2,4	60	1,57	5,08	3,9	67	3,2
	Суп вермишелевый с мясом	86	200	1,77	4,054	9,5388	81,8	0,4	250	2,21	5,067	11,922	102,25	0,5
	Картофельное пюре	321	120	2,45	3,8	16,4	109,8	2,48	150	3,1	4,8	20,4	1137,2	3,1
	Гуляш с мясом	277	80	10,28	8,27	2,64	126,0	0,4	100	13,75	10,86	3,49	166,66	070
	Компот из свежих яблок витаминизированный	372	180	0,14	0,14	21,5	87,8	0,6	200	0,15	0,15	23,88	97,55	0,66
	Хлеб пшеничный/ ржаной	15 15a	65 25	5,07 1,6	0,65 0,3	31,2 8,1	153,21 42,25	0	70 30	5,46 1,92	0,7 0,36	33,6 9,72	165,0 50,7	0
	ВСЕГО:			27,763	13,511	83,2	534,791			30,806	15,93	95,65	611,51	
Полдник	Булочка	146	50	3,88	2,36	26,15	141,0		60	4,656	2,832	31,38	169,2	
	Кисломолочный продукт	401	100	3,52	3,13	11,4	81,85		100	3,52	3,13	11,4	81,85	
или	Чай с молоком	394	180	2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	200	2,96	2,6	15,9	98,88	1,33
	ВСЕГО:			6,246	6,06	72,2	365,17			6,455	6,282	76,76	386,61	
	ИТОГО			45,869	36,201	225,47	1381,601			50,471	40,574	248,37	1522,15	