

Согласовано:  
заведующий МБДОУ детский сад № 7

(С.А. Каракутова/



Утверждаю:  
Руководитель (И.И.)  
Шкуропатов П.А.



Десятидневное меню для МБДОУ г. Каменск-Шахтинский Ростовской области для детей от 1,5 до 3 лет осенне-зимний период

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ДЕНЬ 1</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая с маслом и сахаром	180	4,81	4,94	26,2	168,3	Могильный 2017 №171
Масло (порциями)	5	0,03	4,13	0,04	37,4	Могильный, 2017 №14
Печенье( в ассортименте)	15	1,13	1,47	11,16	62,55	пром. пр-во
Чай с сахаром	180	0,1	0	8,04	32,55	Могильный, 2017 №376
<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>6,07</b>	<b>10,54</b>	<b>45,44</b>	<b>300,8</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	Могильный, 2017 №338
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	30	0,42	0,93	2,5	20,22	Могильный 2017 № 67
Суп картофельный с бобовыми	180	7,85	6,93	17,43	63,05	Могильный, 2017 №102
Зразы из мяса рубленного с яйцом	60	6,26	12,68	6,95	139,25	Могильный, 2017 №274
Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,89	2,7	24,91	139,65	Могильный, 2017 №309
Хлеб пшеничный - обогащенный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	пром. пр-во
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,32	0,18	8,48	40,79	пром. пр-во
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	0	0	6,59	26,32	Могильный, 2017 №349
<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>21,27</b>	<b>23,54</b>	<b>76,9</b>	<b>476,64</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
Фрикадельки рыбные запеченные	60	8,2	2,64	6,38	84,88	Могильный, 2017 №240

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 620742407212716292896657514693751711534004166454

Владелец Каракутова Светлана Александровна

Действителен с 18.09.2024 по 18.09.2025