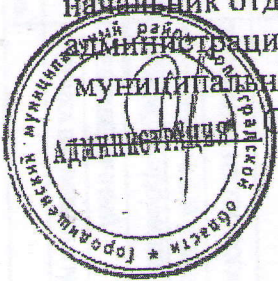


«Согласовано»

начальник отдела по образованию  
Администрации Городищенского  
муниципального района  
С.А. Рассадникова



«Согласовано»

Управление Роспотребнадзора  
по Волгоградской области

*Ев. Резишова 01.11.2019г.*



Примерное десятидневное меню ( с солеными овощами) для  
организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих с  
12 часовым пребыванием дошкольные образовательные  
учреждения

*Утверждаю  
Директор МБОУ «Каменская СШ»  
В.А. Бувашинов*

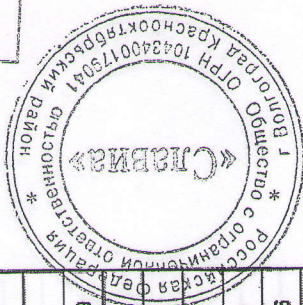


ООО "СЛАВИЯ"  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми и овощами)

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы			
<b>День 1</b>								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) № 185	170,6	3,1	5,5	20,9	145,3	0	185
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150,85	0,1	0,02	8,5	34	2,4	383
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	77	0	6
<b>2-й завтрак</b>								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0	15,15	64	3	399
<b>Обед</b>								
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯ)	30	1,45	0,04	1,2	4,5	4,5	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой (ГРЕЧНЕВОЙ) НА МБ	150	1,2	1,7	8,8	77	62,7	80
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	17,2	4,4	15,3	256,3	6	276
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	20	81,3	1,4	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	17	82	0	
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	22,8	15,7	22,3	321	0,31	237
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	15	0,3	0,7	2	15,2	0,05	351
	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА, ИСЛАМБ	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4	4,1	27,3	161	0	457
<b>Итого за 1 день</b>			<b>62,74</b>	<b>49,64</b>	<b>194,43</b>	<b>1589,75</b>	<b>80,81</b>	

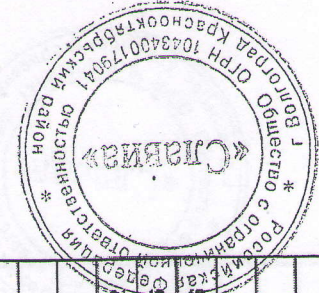


ООО «СЛАВНА»  
Директор НИКИТЕНКО С.В.  
(подпись)

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белка, г	Жиры, г	Углеводы			
<b>День 2</b>								
<b>Завтрак</b>								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (речевой)	180/2	5,1	4,7	16,7	129,1	0,93	94
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,6	2,3	11,3	77	1,2	394
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	62,4	0	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,13	77	0	6
<b>2-й завтрак</b>	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА,	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
<b>Обед</b>								
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,33	0,07	0,67	5,2	2	82
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,6	1,7	10,3	63	5	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60/5	9,4	9,7	9,5	179	0,09	282
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,7	4,2	12,2	97,6	22,3	336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,02	20,85	84,8	0,3	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	17	82	0	
<b>Уплотненный Полдник</b>	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1шт	5,08	4,6	0,28	63	0	213
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4	4,2	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/6/5	0,01	0,02	8,5	34,2	2,4	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	50	3,3	3,9	20	128	0,42	454
<b>Итого за 2 день</b>			43,26	63,91	167,88	1362,45	39,19	

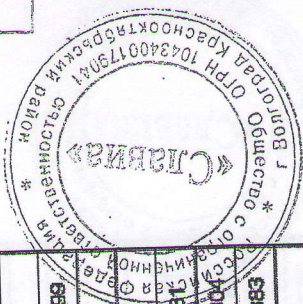
ООО «СЛАВИНА»  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)



**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углеводы
День 3 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94	180/2	5,4	5	15,5	128,6	0,83	94
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	1,7	2,7	13	89	1,2	397
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	3,63	0,07	38,5	0	6
2-й завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,75	0	15,15	64	3	399
Обед	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	40	0,47	0	0,93	5,4	1,6	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХУ) №Б	150	4,2	3,2	9,8	103,4	3,5	81
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13	15,1	33,2	320,8	0,4	304
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,06	0	16,6	67	0,06	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0	
Уплотненный Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130/10	19,3	13,4	25,7	300	0,27	236
	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА, ИС-АМО	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	5,8	22,6	20,8	156	0	
Итого за 3 день			64,67	78,68	202,5	1661,85	11,38	

ООО «СЛАВИЯ»  
Александр Никитенко С.В.  
(подпись)



# ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

ООО «СЛАВНА»  
ДИРЕКТОР НИКИТЕНКО С.В.  
(ПОДПИСЬ)



Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углеводы
День 4								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,6	119,2	0,8	94	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/85	0,1	0,02	8,5	2,4	393	
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	0		
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	0	6	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	0,07	7	
2-й завтрак	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА, КАСЛА	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
Обед	КАПУСТА КВАШЕННАЯ	40	0,7	0	1,2	8,9	4,8	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,1	3,7	7,77	68,9	6,2	57
	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,73	2,9	10,1	165,8	0,11	305
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,2	17,71	119	15,74	321
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,93	73,2	1,29	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0	
Уплотненный Полдник	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60/5	5,7	10,9	1,1	125,6	0,1	215
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ ИЛИ СОУСЕ	80	1,89	5,7	8,5	92,8	1,1	134
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,37	2	12	75,83	0,98	395
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
Итого за 4 день			44,74	54,44	151,89	1349,38	34,04	

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

ООО "СЛАВИНА"  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г			
День 5							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) №185	170,5	3,8	4,1	26	155,6	0 185
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,6	2,3	11,3	77	1,2 394
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	36	0,07 7
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	77	0 6
2-й завтрак	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА, КОСЫЛКО	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45 401
Обед	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯ)	40	1,93	0,06	1,6	6	6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) НА КВ	150	1,2	1,65	8,8	77	4,95 80
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	9,6	2,4	16,4	204	7,2 302
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,02	20,85	84,8	0,3 375
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0
Полдник	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	8	2,82	5,75	80,25	0,26 255
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	85	1,9	2,5	19	102	0,3 166
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,75	0	15,15	64	3 399
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого за 5 дней			44,14	36,14	176,73	1316,8	23,73

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

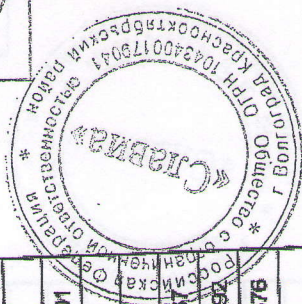
ООО "СЛАВНА"  
 Директор Никитенко С.В.  
 (подпись)



Примем пици	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
День 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) №185	170,5	2,6	3,23	21,9	127,3	0	185
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, СОСИСАМ	150	0,05	0,02	8,79	35,2	0,02	392
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	77	0	6
2-й завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО, БАНАН, АПЕЛЬСИН, МАЛЫНКИ)	150	0,6	0,6	14,7	66	15	388
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,33	0,07	0,67	5,2	2	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	150	3,07	3,21	9,38	80	3,49	61
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	60	4,42	4,87	5,59	148,95	0,43	286
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	30	0,49	1,76	2,11	26,25	0,38	356
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,43	5,2	33,37	208	0	165
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	20	81,3	1,4	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0	
Полдник	ЗАПЕКАНКА СО СВЕЖИМИ ПЛОДАМИ	130	3,42	3,61	28,73	175	0,38	190
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	15	0,3	0,68	1,99	15,23	0,05	351
	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, СОСИСАМ	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ПИРОЖОК С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,25	3,92	19,8	128	0,43	454
Итого за 6 дней			37,8	44,65	218,91	1526,58	24,03	

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

ООО "СЛАВИЯ"  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)



Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
День 7		1705	3,66	3,38	26,56	151,4	0 185
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) №185	150	2,34	2	10,63	70	1 395
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0
	БАТОН	10	0,08	7,25	0,13	77	0 6
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		4,5	9	6,15	126,75	0,45 401
2-й завтрак	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, ИСЛАД	150					
Обед	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	40	0,47	0	0,93	5,4	1,6
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,04	2,93	5,09	50,85	11,08 67
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	140	13,4	6,4	31,5	264,7	4,9 292
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,02	20,85	84,8	0,3 376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0
Полдник	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	60	7,88	3,45	9,1	99	1,44 265
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 336	130	2,69	4,25	12,22	116,89	22,7 336
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/8/5	0,1	0,02	8,5	342,4	2,4 393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА	50	3,9	3,06	26,93	151	0 473
Итого за 7 дней			47,52	42,86	204,19	1766,59	45,87



**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
День 8 Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140/140	7,22	7,12	30,1	214	206
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,3	77	394
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,13	77	6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	36	7
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0
2-й завтрак	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА,	150	4,5	9	12,9	127	401
Обед	КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40	0,7	0	1,2	8,9	4,8
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУБ	150	1,26	3,07	10	95	4,5
	ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ	160	12,96	15,12	33,2	320,8	0,41
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,06	0	16,6	67	0,06
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0
Полдник	КРУПЕНИК С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	19,3	17,25	86,8	397	0,4
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	15	0,3	0,68	1,99	15,23	0,05
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ,	150	0,05	0,02	8,79	35,2	0,02
ПОШИБОМ		59,48	65,91	258,61	1896,53	12,04	
Итого за 8 День							

ООО "СТАВИА"  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)

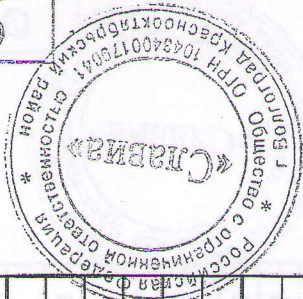


**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
День 9							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) №185	170/5	2,6	3,23	21,9	127,3	0 185
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/8/5	0,01	0,02	8,5	34,2	2,4 393
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	77	0 6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,32	2,95	0	36	0,07 7
2-й завтрак	СНЕЖОК, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, КЕФИР	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45 401
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,33	0,07	0,67	5,2	2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,61	1,7	10,29	62,85	4,95 62
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160/30	14,4	14,4	13,5	245	18,1 298
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	20	81,3	1,4 372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	62	0
Полдник							
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2	9,53	12,48	143,87	7,51 137
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,75	0	15,15	64	3 399
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,7	6,25	27	179	0 469
Итого за 9 дней			39,56	55,83	181,37	1406,87	39,88



ООО "СЛАВНА"  
 Директор Никитенко С.В.  
 (подпись)

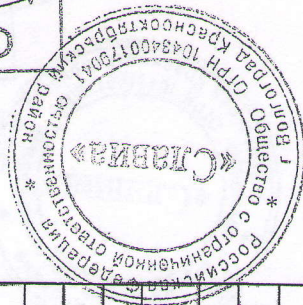
**ПРЕЖИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	С, мг	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы			
<b>День 10</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180/2	5,22	4,72	17,06	131,73	0,83	93
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,13	77	0	6
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,3	77	1,2	394
	БАТОН	20	1,53	0,6	10,3	52,4	0	
2-й завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО, БАНАН, АПЕЛЬСИН, МАЛЫНКИ)	150	0,6	0,6	14,7	66	15	369
Обед	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	40	0,47	0	0,93	5,4	1,6	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КВ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,1	3,7	7,77	91,35	6,2	57
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	9,6	2,4	16,4	204	7,2	302
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,33	0,02	20,65	84,8	0,3	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	15,9	82	0	
Полдник	ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ	120	10,6	6,46	24,92	200	0,1	212
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	15	0,3	0,68	1,99	15,23	0,05	351
	СНЕЖОК, АКЦИОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, МЕДОВО	150	4,5	9	6,15	126,75	0,45	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0	
<b>Итого за 10</b>		<b>42,53</b>	<b>38,28</b>	<b>167,8</b>	<b>1305,66</b>	<b>32,93</b>		

ООО «СЛАВНА»  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)



# ПРИМЕРНОЕ 10-ти ОДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

## Итого по примерному меню

	б	ж	уг	ккал	с
Итого за период	485,44	520,14	1924,31	14984,5	343,9
Среднее значение за период	48,5	52,0	192,4	1498,4	34,4

Источник рецептуры:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (под редакцией М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2014.-584с.

ООО «СЛАВИЯ»  
Директор Никитенко С.В.  
(подпись)

