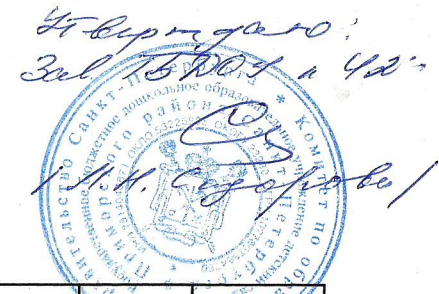


ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ



1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3	0	36,4	0	0,1	0	0	88	3,5	50	0,1	14	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	6,9	35,1	232,6	0,1	0,5	0	0,1	123,7	33,8	168,3	1,7	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0	13,0	52,4	0	0	0	0	4,4	3,6	6,7	0,6	к/к	к/к
БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД, УПАК,	100	3,5	3,1	5,6	70,6	0	0,9	0	0	150	17,5	118,8	0	к/к	к/к
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0	0	0	0	5,7	3,9	19,5	0,3		2008
Итого за прием пищи:	520	15,6	13,9	69,1	470,6	0,1	1,5	0	0,1	371,8	62,3	363,3	2,7		
II Завтрак															
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,9	0,2	8,1	43	0	60	0	0,2	34	13	23	0,3		2008
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	8,1	43	0	60	0	0,2	34	13	23	0,3		
Обед															
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	0	15,1	0,1	0,2	8,4	12,1	15,7	0,6		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	250/10	7,7	6,2	23,6	181,5	0,1	6,6	0,2	0,7	33,5	29,4	103,6	1,8	100	2008
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	18,6	12,0	3,3	222,8	0,2	14,0	6,5	1,5	23,2	17,8	268,1	5,8	256	2008
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,1	3,1	13,4	95,6	0	9,9	0,6	0,5	70,4	29,5	72,7	1,0	338	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	0	3,6	0	0	12,6	7,2	12,6	2,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19,1	91,8	0,1	0	0	1	8,1	8,6	39,2	1,8		2008
Итого за прием пищи:	805	34,0	22,0	79,9	683,6	0,4	49,2	7,4	3,9	156,2	104,6	511,9	13,5		
Полдник															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	130/20	23,1	14,5	39,3	383,7	0	8,2	0,1	1,6	183,3	31,7	244,8	1,1	224	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,8	99	0,1	1	0,1	0	192,8	21,2	136,1	0,2	434	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,1	0	0	0	11,4	7,8	39	0,6		2008
Итого за прием пищи:	390	32,9	20,8	78,9	639,9	0,2	9,2	0,2	1,6	387,5	60,7	419,9	1,9		
Всего за день:		83,4	56,9	236,0	1837,1	0,7	119,9	7,6	5,8	949,5	240,6	1318,1	18,4		

