


УТВЕРЖДАЮ:

МБДОУ «Аян»

заведующая:


 «07» апреля 2023г


План 10-дневное меню для обеспечения питанием детей от 1,5 до 7 лет МБДОУ детский сад «Аян»

с 10 по 21 апреля 2023г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Масса порции	витамины				Минеральные вещества				
			Белки г	Жиры г	Углеводы г		В1	С	А	Е	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
ЗАВТРАК															
		Масло сливоч (порциями)	0,1	803	0,1	35	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
		Суп молочный рисовый	7,5	0,9	48,7	180	3,2	0,1	0,2	0,01	2,0	0,3	0,1	0,2	
		Какао с молоком	0	0	14,6	180	0	0	0	0	6,2	1,4	0	0	
		хлеб	7,6	0,9	49,7	100	0	0	0	0	19	13	65	1	
Итого за прием пищи:															
ОБЕД															
		Суп горох с мясом	2,7	0,3	17,4	200	0,2	0,1	0,5	0,5	0,6	0,8	0,1	1,5	
		Тефтели с картофельным пюре	30,5	0,9	20,5	60,5	0,2	0,5	0,2	0,6	0,4	0,1	0,1	0,7	
		Чай с молоком	7,5	0,9	48,7	180	3,2	0,1	0,2	0,01	2,0	0	0	0,2	
		Салат овощной	3,1	0,2	17,0	150	3,1	0,2	10,5	0,5	0,6	0,7	0,2	0,15	
		хлеб	7,6	0,9	49,7	100	0	0	0	0	19	13	65	1	
Итого за прием пищи:															
ПОЛДНИК															
		пова	7,4	0,8	48,2	70									
		Напиток из облепихи	0,8	-	8,3	180	0,1	10,5	0	0,1	0,2	0,3	0,1	0,3	
Итого за прием пищи:															
УЖИН															