

# Меню (10)



на 1 октября 2021 года

## Меню на питание детей в возрасте от 3-х до 7-ми лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша «Дружба» вязкая	200	6,2	7,73	27,71	201	1,95	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. Сборник технологических нормативов, сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В. А. Сборник №299, 2016 г.
	Какао с молоком	180	1,2	1,3	13	90	0,83	
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	
	Батон нарезной	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>9,15</b>	<b>14,86</b>	<b>58,25</b>	<b>395,44</b>	<b>4</b>	
<b>2 завтрак</b>								
	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания-Итого:	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	
Обед	Салат из свеклы с зел.горошком	60	1,13	4,56	4,09	64	4,48	
	Суп картоф. с мясными фрикадельками	250	6,64	5,18	15,44	139	11,2	
	Рыба тушеная в сметанном соусе	80/20	12,2	6,5	55,2	138,2	2,23	
	Картофель отварной	155	1,94	3,62	22,86	143,7	14,25	
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,44	0,02	15,96	49,32	0,4	
	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>24,57</b>	<b>20,52</b>	<b>142,7</b>	<b>684,5</b>	<b>33,88</b>	
Полдник	Кисломолочный напиток «Бифидок»	180	4,2	4,8	5,4	84	1,05	
	Ватрушка (пирожок) с джемом	60	3,82	2,55	37,8	190	0,06	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>8,02</b>	<b>7,35</b>	<b>43,2</b>	<b>274</b>	<b>1,32</b>	
Ужин	Салат из кукурузы с репчатым луком	60	4,88	7,24	28,51	198	1	
	Омлет с морковью	105	5,61	11,61	2,78	137,85	0,96	
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	1,19	
	Батон нарезной	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>15,98</b>	<b>21,62</b>	<b>61,16</b>	<b>504,45</b>	<b>3,15</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>58,67</b>	<b>64,42</b>	<b>323,5</b>	<b>1929,71</b>	<b>49,06</b>	



Стоимость питания на одного ребенка (полный день) – 95,95 рублей.

г. Тверь

Основание: Контракт (договор) № 2021 г.

Руководитель:

А.В.Попков

Зам. Главного бухгалтера: *Лавренова*

С.Е. Лавренова

Заведующий производством (Шеф повар)