

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ детский сад № 50
А.В. Жилина _____
(подпись) М.П.

**Основное (организованное)
МЕНЮ
для детей от 3 до 7 лет**

Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №50»
города Воткинска Удмуртской Республики

День восьмой	Наименование блюда	выход	белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, Ккал.	Вит. "С"	тех.карта			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	4.8	5.1	16.84	142.3	2.3	доу_екб.мдб			
	Кофейный напиток с молоком	200	4	3.6	27.76	118.6	1.6	сб № 266			
	Хлеб пшеничный	30	1.5	0.2	9.6	71.8	0	потр. упак.			
	Масло порциями	15	0.12	10.1	0.2	99	0	сб.5			
	итого:	445	10.42	19	54.6	431.7	3.9	24%			
2 завтрак	Кефир	120	5.4	4.5	7.2	87.2	1.26	потр. упак.			
	итого:	120	5.4	4.5	7.2	87.2	1.26	5%			
Обед	Суп Пуштышид (удм.блюдо)на курином бульоне	200	2.4	2.2	31.14	98.9	4.9	Сб №63, Сб №49			
	Бобовые отварные	150	8.5	1.4	34.9	205.9	0	СБ № 118			
	Шницель мясной	80	9.8	9.1	8.2	159	0.6	СБ№181			
	Компот из сухофруктов	200	0.4	0	27.76	72	12.76	ekat.mdb			
	Хлеб пшеничный	24	1.92	0.24	11.52	56.64	0	потр. упак.			
	Хлеб дарницкий	45	1.9	0.44	12.3	90	0	потр. упак.			
	итого:	699	24.92	13.38	125.82	682.44	18.26	38%			
Уплотненный полдник	Сочни с творогом	150	13.9	13	31.3	298.5	2.5	Сб №151			
	Повидло	40	0	0	24.4	97.6	0	потр.упак			
	Молоко кипяченое	200	3	3.6	16.2	93.5	1.3	Уфа 5 №262			
	Салат картофельный	60	0.9	3.06	8.25	62.7	10	сб 248			
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.3	14.5	71.8	0	потр. упак.			
	итого:	480	20.2	19.66	94.65	624.1	13.8	35%			
	итого за день:	60.94	56.54	282.27	1825.44	35.96					

			белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энер-сая цен-ть, Ккал.	Вит. "С"
1	итого за день:		67.86	65.6	247.23	1753.7	36.06
2	итого за день:		63.32	68.32	225.29	1810.34	49.54
3	итого за день:		60.74	68.29	248.15	1884.18	63.46
4	итого за день:		58.8	62	256.93	1749.94	54.97
5	итого за день:		39.07	38.53	221.2	1781.6	55.26
6	итого за день:		53.98	66.04	258.11	1816.81	43.37
7	итого за день:		57.16	61.69	254.64	1798.72	43.66
8	итого за день:		60.67	56.31	282.27	1825.44	35.96
9	итого за день:		56.65	62.54	239.39	1768.11	47.85
10	итого за день:		48.33	58.27	249.01	1821.72	56.91
		ср. за 10 дней	56.66	60.76	248.22	1801.06	48.70
		%	105	101	95	100	97
		норма по сан пину	54	60	261	1800	50