

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(1 день)**

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	2	Каша пшённая	150	5,48	5,63	26,78	180,0
2013	75	Кофейный напиток с молоком	150	3,5	2,84	15,66	102,75
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				9,82	9,46	65,63	437,15
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	150	0,7	0,14	13,29	57,68
				0,7	0,14	13,29	57,68
Обед							
2008	54	Салат из солёных огурцов	40	0,15	1,74	0,4	17,75
2013	30	Суп с грёнками	150	2,73	2,76	-	36,15
2013	66	Жаркое по- домашнему	150	10,43	10,58	11,25	182,63
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,63	46,72
2008	86	Хлеб	40	2,4	0,4	12,15	63,44
				15,71	15,48	35,43	346,69
Полдник							
2012	449	Оладьи с повидло	100	6,79	6,09	41,37	247,5
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,9
				6,87	6,09	52,04	290,4
		Итого за день		33,1	31,17	166,39	1131,92

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(1 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	2	Каша пшённая	200	7,3	7,5	35,7	240,0
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				11,64	11,33	74,55	497,15
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	54	Салат из солёных огурцов	40	0,15	1,74	0,4	17,75
2013	30	Суп с гречками	200	3,64	3,68	-	48,2
2013	66	Жаркое по- домашнему	200	13,9	14,1	15,0	243,5
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				20,89	20,12	47,1	456,33
Полдник							
2012	449	Оладьи с повидло	130	9,05	8,11	55,15	330
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				9,16	8,11	69,37	387,2
		Итого за день		42,59	39,74	208,73	1417,58

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(2 день)**

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы. г	
Завтрак							
2013	8	Каша гречневая	150	3,22	3,40	22,96	155,62
2013	82	Какао с молоком	150	5,4	4,5	19,2	138,9
2013	94	Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
							404,32
II Завтрак							
Обед							
2008	19	Салат капустный	40	0,26	1,39	0,98	17,2
2013	31	Суп крестьянский на м/б со сметаной	150	7,7	8,3	23,6	185,8
2013	54	Картофель тушеный с мясом	150	13,9	14,1	15,0	243,5
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	40	3,2	0,6	16,2	84,58
							593,38
Полдник							
2012	89	Йогурт, булка	100/30	5,45	3,55	21,2	138,3
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,92
							195,5
		Итого за день		40,98	37,25	167,81	1193,2

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(2 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	8	Каша гречневая	200	3,71	5,01	28,83	207,4
2013	82	Какао с молоком	200	6,0	5,0	21,3	154,6
2013	94	Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
							471,8
II Завтрак							
Обед							
2008	19	Салат капустный	50	0,32	1,74	1,22	21,5
2013	31	Суп крестьянский на м/б со сметаной	200	7,7	8,3	23,6	185,8
2013	54	Картофель тушеный с мясом	200	13,9	14,1	15,0	243,5
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
							597,68
Полдник							
2012	89	Йогурт, булка	100/30	5,45	3,55	21,2	138,3
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
							195,5
		Итого за день		42,16	39,71	179,57	1264,98

Утверждаю:
 Заведующая МАДОУ
 «Детский сад №1» с. Марёво
 О.А. Андреева

МЕНЮ
(3 день)

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	4	Каша манная	150	4,53	5,9	22,7	162,5
2013	75	Кофейный напиток с молоком	150	3,5	2,84	15,66	102,75
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				8,87	9,73	61,55	419,65
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	150	0,7	0,14	13,29	57,68
				0,7	0,14	13,29	57,68
Обед							
2008	19	Салат из свеклы	40	0,15	1,74	0,4	17,75
2013	32	Суп гороховый на мясном бульоне	150	4,6	3,0	15,04	109,5
2013	262	Бефстроганов с рисом	150	8,9	7,6	2,1	112,5
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,63	46,72
2008	86	Хлеб	40	2,4	0,4	12,15	63,44
				16,05	12,74	41,32	349,91
Полдник							
2012	449	Яйцо варёное	100	3,8	3,5	0,21	47,3
	84	Булка	30	2,35	9,15	15,5	153,6
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,9
				6,23	12,65	26,38	243,8
		Итого за день		31,85	35,26	142,54	1071,04

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(3 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	4	Каша манная	200	6,05	7,9	30,3	216,6
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				11,55	12,67	74,37	508,4
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	19	Салат из свеклы	40	0,86	3,65	50,1	56,34
2013	32	Суп гороховый на мясном бульоне	200	6,03	4,01	20,05	146,0
2013	262	Бефстроганов с рисом	200	11,78	10,12	2,93	150,0
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				21,87	18,38	104,78	499,22
Полдник							
2012	91	Яйцо варёное	0,5	5,08	4,60	0,28	63,0
	84	Булка	30	2,35	9,15	15,5	153,6
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				7,54	13,75	30,0	273,8
		Итого за день		41,86	44,98	226,86	1358,32

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(5 день)**

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	5	Каша «Дружба»	150	4,65	6,08	20,1	153,38
2013	82	Кофейный напиток с молоком	150	3,5	2,84	15,66	102,75
2013	95	Печенье	20	3,0	3,9	29,8	166,8
							422,93
II Завтрак							
2008	79	Сок яблочный	150	0,9	0,18	17,71	76,9
							76,9
Обед							
2008	19	Салат из капусты и свёклы	40	0,26	1,39	0,98	17,2
2013	** 33	Щи с квашеной капустой на м/б со сметаной	150	3,68	5,85	5,55	155,8
2013	57	Сосиска с макаронами и подливой	50/110/60	13,93	23,59	30,11	388,15
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	40	3,2	0,6	16,2	84,58
							708,03
Полдник							
2012	90	Блины со сгущенным молоком	100/30	69,76	21,8	70,9	195,9
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,92
							238,82
		Итого за день		40,98	37,25	167,81	1446,68

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(5 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	5	Каша «Дружба»	200	6,2	8,1	26,8	204,6
2013	82	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,6
2013	95	Печенье	20	3,0	3,9	29,8	166,8
							509,0
II Завтрак							
2008	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
							76,9
Обед							
2008	19	Салат из капусты и свёклы	50	0,32	1,74	1,22	21,5
2013	33	Щи с квашеной капустой на м/б со сметаной	200	4,9	7,8	7,4	165,7
2013	57	Сосиска с макаронами и подливой	60/130/80	14,45	23,67	32,94	402,85
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
							736,93
Полдник							
2012	90	Блины со сгущенным молоком	100/30	69,76	21,8	70,9	195,9
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
							253,1
		Итого за день		42,16	39,71	179,57	1575,93

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(6 день)**

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	4	Каша манная	200	6,05	7,9	30,3	216,6
2013	82	Какао молоком	200	6,0	5,0	21,3	154,6
2013	94	Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
				13,82	14,31	74,1	481,0
II Завтрак							
2008	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
							76,9
Обед							
2008	11	Салат из кукурузы	50	1,72	3,71	4,92	59,58
2013	25	Суп рыбный со сметаной	200	6,5	3,18	17,73	116,68
2013	** 65	Азу	200	13,9	14,1	15,0	243,5
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				25,32	21,59	69,35	566,64
Полдник							
2012	68	Омлет, булка	100/30	9,65	15,93	1,82	189,28
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				9,76	15,93	16,04	246,48
		Итого за день		48,9	51,83	159,49	1294,12

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(6 день)**

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	4	Каша манная	150	2,42	3,69	15,58	104,5
2013	82	Какао молоком	150	5,4	4,5	19,2	138,9
2013	94	Пряник	30	1,77	1,41	22,5	109,8
				9,59	9,6	57,28	353,2
II Завтрак							
2008	79	Сок яблочный	150	0,9	0,18	17,71	76,9
							76,9
Обед							
2008	11	Салат из кукурузы	40	1,3	2,78	3,61	44,68
2013	25	Суп рыбный со сметаной	150	4,25	2,15	15,95	85,85
2013	65	Азу	150	10,43	10,58	11,25	182,63
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	40	3,2	0,6	16,2	84,58
				19,18	16,11	62,51	460,04
Полдник							
2012	68	Омлет, булка	100/30	9,65	15,93	1,82	189,28
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,92
				9,73	15,93	12,49	232,2
		Итого за день		38,5	41,64	132,28	1045,44

Утверждаю:
 Заведующая МАДОУ
 «Детский сад №1» с. Марёво
 О.А. Андреева

МЕНЮ
(7 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	3	Суп молочный с макаронами	200	7,33	6,0	35,2	224,6
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	84	Булка с маслом	30/10	2,35	9,15	15,5	153,6
				14,34	18,93	71,58	515,6
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	14	Салат свекольный	60	0,86	3,65	5,01	56,3
2013	28	Суп фасолевый на м/б со сметаной	200	4,95	15,09	88,72	216,4
2013	59	Плов с курой	200	7,4	4,58	21,04	152,7
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				16,41	23,92	146,47	572,28
Полдник							
2012	88	Пирожок с капустой	100	6,83	9,9	29,48	249,18
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				9,76	15,93	16,04	306,38
		Итого за день		41,41	58,96	251,8	1471,16

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(7 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	3	Суп молочный с макаронами	200	7,33	6,0	35,2	224,6
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	84	Булка с маслом	30/10	2,35	9,15	15,5	153,6
				14,34	18,93	71,58	515,6
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	14	Салат свекольный	60	0,86	3,65	5,01	56,3
2013	28	Суп фасолевый на м/б со сметаной	200	4,95	15,09	88,72	216,4
2013	59	Плов с курой	200	7,4	4,58	21,04	152,7
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				16,41	23,92	146,47	572,28
Полдник							
2012	88	Пирожок с капустой	100	6,83	9,9	29,48	249,18
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				9,76	15,93	16,04	306,38
		Итого за день		41,41	58,96	251,8	1471,16

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(8 день)**

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	7	Каша геркулесовая	200	6,5	8,3	27,0	210,6
2013	82	Какао с молоком	200	6,0	5,0	21,3	154,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	106,7
				13,34	14,29	71,49	471,7
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	18	Салат морковный	60	0,47	3,05	4,7	46,9
2013	26	Борщ на м/б со сметаной	200	2,76	6,95	20,67	124,15
2013	51	Котлета мясная	70	7,4	6,58	21,04	152,7
2015	39	Греча	100	5,73	4,06	25,76	162,3
2015	74	Подлива	35	0,55	1,43	2,67	28,7
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				20,11	22,67	106,54	661,63
Полдник							
2012	87	Творожная запеканка с повидлом	100/30	22,5	13,2	37,8	360,9
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				22,61	13,2	52,02	418,1
		Итого за день		56,96	50,34	247,76	1628,33

Утверждаю:
 Утверждаю:
 Заведующая МАДОУ
 «Детский сад №1» с. Марёво
 О.А. Андреева

**МЕНЮ
 (8 день)**

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	7	Каша геркулесовая	200	6,5	8,3	27,0	210,6
2013	82	Какао с молоком	200	6,0	5,0	21,3	154,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	106,7
				13,34	14,29	71,49	471,7
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	18	Салат морковный	60	0,47	3,05	4,7	46,9
2013	26	Борщ на м/б со сметаной	200	2,76	6,95	20,67	124,15
2013	51	Котлета мясная	70	7,4	6,58	21,04	152,7
2015	39	Греча	100	5,73	4,06	25,76	162,3
2015	74	Подлива	35	0,55	1,43	2,67	28,7
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				20,11	22,67	106,54	661,63
Полдник							
2012	87	Творожная запеканка с повидлом	100/30	22,5	13,2	37,8	360,9
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				22,61	13,2	52,02	418,1
		Итого за день		56,96	50,34	247,76	1628,33

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

МЕНЮ
(9 день)

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	2	Каша пшённая	200	7,3	7,5	35,7	240,6
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	106,7
				13,34	12,29	71,49	471,7
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	21	Салат из солёных огурцов	25	0,15	1,74	0,4	17,75
2013	34	Рассольник на м/б со сметаной	200	4,6	7,4	14,7	147,5
2013	65	Гороховое пюре с мясом	200	60,8	14,4	109,4	783,1
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				68,75	24,14	156,2	1095,23
Полдник							
2012	85	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	11,63	24,74	26,76	381,17
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				11,74	24,74	40,98	438,37
		Итого за день		94,73	63,35	286,38	2082,2

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(9 день)**

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	2	Каша пшённая	200	7,3	7,5	35,7	240,6
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	106,7
				13,34	12,29	71,49	471,7
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	21	Салат из солёных огурцов	25	0,15	1,74	0,4	17,75
2013	34	Рассольник на м/б со сметаной	200	4,6	7,4	14,7	147,5
2013	65	Гороховое пюре с мясом	200	60,8	14,4	109,4	783,1
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				68,75	24,14	156,2	1095,23
Полдник							
2012	85	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	11,63	24,74	26,76	381,17
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				11,74	24,74	40,98	438,37
		Итого за день		94,73	63,35	286,38	2082,2

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(10 день)**

Сад 10 часов (с 3 до 7 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	7	Каша геркулесовая	200	6,5	8,3	27,0	210,0
2013	75	Кофейный напиток с молоком	200	4,66	3,78	20,88	137,4
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				12,0	13,07	71,07	501,8
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	180	0,9	0,18	17,71	76,9
				0,9	0,18	17,71	76,9
Обед							
2008	11	Салат из зелёного горошка	50	1,78	3,1	3,74	50,1
2013	74	Суп фасолевый на мясном бульоне	200	4,95	15,09	88,72	216,4
2013	44	Макарон отварные	130	5,76	0,83	31,14	155,1
2013	54	Гуляш мясной	160	20,62	16,3	5,25	250,0
2008	76	Компот из сухофруктов	200	0	0	15,5	62,3
2008	86	Хлеб	50	3,2	0,6	16,2	84,58
				36,31	35,92	160,55	818,48
Полдник							
2012	68	Булка в омлете	100	10,63	18,74	2,68	246,3
2008	83	Чай с сахаром	200	0,11	0	14,22	57,2
				10,74	18,74	16,9	303,5
		Итого за день		59,95	67,91	266,23	1700,68

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ
«Детский сад №1» с. Марёво
О.А. Андреева

**МЕНЮ
(10 день)**

Сад 10 часов (до 3 лет)

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2013	7	Каша геркулесовая	150	2,75	4,85	13,82	110,32
2013	75	Кофейный напиток с молоком	150	3,5	2,84	15,66	102,75
2013	93	Вафли	20	0,84	0,99	23,19	154,4
				7,09	8,68	52,67	367,47
II Завтрак							
2013	79	Сок яблочный	150	0,7	0,14	13,29	57,68
				0,7	0,14	13,29	57,68
Обед							
2008	11	Салат из зелёного горошка	40	1,34	2,33	2,81	37,62
2013	74	Суп фасолевый на мясном бульоне	150	3,71	11,32	66,54	162,0
2013	44	Макароны отварные	110	4,87	0,70	26,35	131,24
2013	54	Гуляш мясной	120	15,47	12,23	3,94	187,5
2008	76	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,63	46,72
2008	86	Хлеб	40	2,4	0,4	12,15	63,44
				27,79	26,98	123,42	628,52
Полдник							
2012	68	Булка в омлете	100	10,63	18,74	2,68	246,3
2008	83	Чай с сахаром	150	0,08	0	10,67	42,9
				10,71	18,74	13,35	289,2
		Итого за день		46,29	54,54	202,73	1342,87