



Согласовано: *Муромова С.М.*
 07.06.22
 Директор МОУ "Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №10» г. Всеволожского района Вологодской области" / Кортоложко Е.Ю.

Юн-дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет

№ рецепта	по сбору	1	2	3	Выход	Письменные показатели				Энергетическая ценность
						В	Ж	У	6	
Завтрак										
182/2017М		Каша молочная ядкая пшеничная с маслом и сахаром		250	8,52	13,31	53,44			369,31
15/2017М		Сыр порционный		10	2,32	2,95	0,00			36,00
376/2017М		Чай с сахаром		200	0,07	0,02	15			60
701/2017М		Хлеб пшеничный		30	2,43	0,3	14,64			72,6
		Итого		490	13,34	16,58	83,08			537,91
		Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75			470-587,5

ГТК стр 610 сб р	Далшина	2004	4	5	6	7	Обед			
							В	Ж	У	6
Обед										
139/2004 Л		Зеленый горошек консервированный		60	1,8	2,34	3,78			42,12
489/2004 Л		Суп картофельный с бобовыми (горох)		200	4,48	4,96	17,84			133,6
699/2004 Л		Рагу с пшеницей		200	14,4	11,64	23,28			278,4
701/2010 М		Напиток лимонный		200	0,1	0	24,2			93
702/2010 М		Хлеб пшеничный		40	3,75	1,86	17,47			110
		Хлеб ржано-пшеничный		30	1,9	0,34	13,05			65,7
		Итого		730	26,43	21,14	99,62			722,82
		Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%		700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25			705-822,5
		Всего			39,77	37,72	182,7			1260,73
		Норма по СанПиНу ± 5%			38,5-46,2	39,5-47,4	167,5-201			1175-1410