УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 28 октября

 Сад (3-7 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша «Геркулес» молочная ЧайБатон с маслом  | 18019025/5 | 4,7502,52 | 5,9604,59 | 16,78,9814,47 | 138,258105,5 | 93 2641 |
|  | За завтрак | 400 | 7,27 | 10,55 | 40,15 | 301,7 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 80 | 0,3 | 0,3 | 8,6 | 40 | 88 |
| Обед |  Рассольник со сметаной и курицейТефтели мясныеСоус Компот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 1801602018055 | 4,119,590,280,512,9 | 7,1614,71,3700,6 | 20,9310,22,1624,2326,9 | 145261,5321,790126 | 331742282418 |
|  | За обед | 645 | 27,93 | 26,91 | 85,33 | 718,23 |  |
| Ус. полдник | Ленивые вареникиСметанный соусКакао | 13050180 | 177,01,2 | 155,51,3 | 22,86,6713 | 3004590 | 230225248 |
|  | За полдник | 350 | 25,2 | 21,3 | 42,47 | 435 |  |
|  | Всего за день |  | 53,7 | 49,06 | 206,5 | 1494,93 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 28 октября

Ясли (1-3 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша «Геркулес» молочная Чай Батон с маслом  | 16016520/5 | 3,5201,69 | 5,2104,44 | 14,36,989,66 | 121,254082,8 | 932641 |
|  | За завтрак | 350 | 5,21 | 9,65 | 30,94 | 244 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 80 | 0,3 | 0,3 | 8,6 | 40 | 88 |
| Обед | Рассольник со сметаной и курицейТефтели мясные СоусКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 1501302015040 |  3,2816,410,280,421,88 | 3,0812,31,300,28 |  16,768,42,1620,4519,92 | 116,1219,421,78385,60 |  331742282412 |
|  | За обед | 520 | 22,67 | 20,77 | 71,37 | 581,3 |  |
| Ус. полдник | Ленивые вареники Сметанный соусКакао | 12040150 | 13,63,51 | 11,93,371,08 | 18,24,0810,83 | 2404075 | 230225248 |
|  | За полдник  | 310 | 18,1 | 16,35 | 33,11 | 355 |  |
|  | Всего за день |  | 46,28 | 47,07 | 162,0 | 1200,3 |  |