

Примерное меню для организации дополнительного питания детей 3-7 лет, детей из многодетных семей и СВО МБДОУ "Детский сад Теревок"



Наименования блюд	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорийно сть	Витамин В1 мг	Витамин С, мг	Витамин Е мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	1-ая неделя	
1 день														
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
ИТОГО		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
2 день														
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
ИТОГО		3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
3 день														
Йогурт фруктовый стакан	200	2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20		
ИТОГО		2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20		
4 день														
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
ИТОГО		3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
5 день														
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
ИТОГО		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
2-ая неделя														
1 день														
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
ИТОГО		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
2 день														
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
ИТОГО		3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
3 день														
Йогурт фруктовый стакан	200	2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20		
ИТОГО		2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20		
4 день														
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
ИТОГО		3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	2,35	14,50	45,00	10,00	1,05		
5 день														
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		
ИТОГО		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21		

Примерное меню для организации дополнительного питания детей 1-3 лет и детей СВО МБДОУ "Детский сад "Теремок" Теремок"



Наименования блюд	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорийно сть	Витамины В1 мг	Витамины С, мг	Витамины Е мг	Са,	Р,	Мg,	Fe,
									мг	мг	мг	мг
1-ая неделя												
1 день												
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
2 день												
Печенье	20	1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
Итого		1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
3 день												
Йогурт фруктовый стакан	200	2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20
Итого		2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20
4 день												
Печенье	20	1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
Итого		1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
5 день												
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
2-ая неделя												
1 день												
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
2 день												
Печенье	20	1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
Итого		1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
3 день												
Йогурт фруктовый стакан	200	2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20
Итого		2,80	2,50	12,00	81,70	0,08	1,40	0,00	240,80	180,60	28,10	0,20
4 день												
Печенье	20	1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
Итого		1,48	1,96	14,88	83,00	0,02	0,00	0,94	5,80	18,00	4,00	0,42
5 день												
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	7,00	0,20	16,10	11,00	9,00	2,21