

Согласовано:
 Главный специалист - эксперт
 территориального отдела Управления
 Роспотребнадзора по РТ (Татарстан) в
 Сабинском, Мамадышском, Кукморском районах:
 _____ А.И.Камалова

Утверждаю:



МБДОУ "Зверосовхозский
 А.И.Домолазова

Десятидневное меню

день 1	наименование блюд	кол-во	брутто	белки	жир	угл.	Ккал	С	
завтрак	каша вязкая пшениная с маслом	200							
	масло сливочное "крестьянское"		5	5	0,04	3,63	0,13	33,05	
	крупа пшено		20	20			0,34	68,9	
	сахар		5	5			4,99	18,95	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	молоко пастериз йодированное.2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	2
					4,27	7,38	12,55	198,9	2
	кофейный напиток с молоком	180							
	кофейный напиток		3	3			0,084		
	сахар		12	12			11,98	45,48	
	молоко пастериз.2,5%		150	150	4,27	3,75	7,09	78	2
					4,27	3,75	19,15	123,5	2
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,5	0,6	0,58	83,6	
	масло сливочное		5	5	0,04	3,63	0,13	33,09	
сыр		5	5	1,56	1,54		20,28	0,2	
				5,1	5,77	0,71	137	0,2	
2 завтрак	сок яблочный	100			0,3	0,1	12,3	59	1,1
					13,94	17	19,61	518,4	5,2
обед	салат морковный	70							
	морковь		90	72	1,17	0,072	5,18	24,48	3,6
	сахар		3	3			1,99	11,37	
					1,17	0,072	7,17	35,85	3,6
	суп вермишелевый на мк/б	200							
	говядина		30	22,5	5,58	3,6		49,05	
	морковь		13	10,4	0,169		0,73	3,54	0,5
	лук		12	10	0,17	0,01	0,9	4,13	1
	вермишель		10	10	1	0,11	0,2	33,7	
	картофель		130	86,4	2,4	0,34	14,94	69,12	17
масло сливочное		3	3	0,024	2,18	0,078	19,83		
масло растительное		2	2		1,99		17,98		
зелень		2	2	2	1,16	0,11	0,78	2,4	
соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
				11,34	9,39	16,96	198,1	21	
капуста тушеная с мясом	200								
капуста свежая		276	220,8	5	0,22	10,76			
масло растительное		5	5		4,99		44,95		

