

«Согласовано»

Главный врач филиала ФГУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии
в Кабардино-Балкарской Республике в Прохладненском
районе»



Ю.В.Кудрявцев

2018г.

«Утверждаю»

Начальник МКУ «Управление образования
местной администрации
Прохладненского муниципального
района КБР»



Т.Н.Лутова

2018г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-Х ДО 7 ЛЕТ

С 9-10-часовым пребыванием в общеобразовательных
учреждениях Прохладненского муниципального района КБР

Начальник МКУ
Т.Н.Лутова

КОПИЯ

СОГЛАСОВАНО

Главный врач филиала ФГУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в Кабардино-Балкарской Республике в Прохладненском районе"

Ю. В. Кудрявцев
Ю. В. Кудрявцев

Т. Н. Лутова
УТВЕРЖДАЮ

Начальник МКУ "Управление образования местной администрации Прохладненского муниципального района"



Т. Н. Лутова

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ОТ 3-Х ДО 7-МИ ЛЕТ

| Прием пищи | | Наименование блюда | Выход | Б | Ж | У | Эн/ц, ккал | С, мг | № рецептуры |
|------------|---------|--------------------------------------|-------|-------|------|-------|------------|-------|--|
| День 1 | Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая | 200 | 6,8 | 10,4 | 25,9 | 224,9 | | 1К-5.32 (Сборник рецептур 2003 г., стр. 165,196) |
| | | Сыр порционный | 10 | 2,6 | 2,6 | 0 | 35 | | |
| | | Чай с сахаром | 180 | 0,1 | 0 | 11,7 | 44,3 | | 1К-11.2 (Питание здорового и больного ребенка Лалодо 1994г. стр 173) |
| | | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,2 | 0,1 | 66,76 | | |
| | | Хлеб | 40 | 3 | 0,2 | 20,9 | 93,2 | | |
| | | Итого | | 12,58 | 20,4 | 58,6 | 464,16 | | |
| | Обед | Огурец соленый | 30 | 0 | 0 | 1,2 | 3,6 | | |
| | | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 2,65 | 4,55 | 13,28 | 142,28 | | 1К-262 (Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий (из г-во "Делю и сервис" 1998г) |
| | | Гуляш из говядины | 80 | 12,3 | 5,12 | 2,96 | 107,2 | | 1К-1.29 (Сборник рецептур 1982 г., № 632) |
| | | Пюре картофельное | 150 | 2,64 | 4,2 | 6,4 | 103,2 | | 1К-6.9а (Сборник рецептур 1998г., № 946) |
| | | Компот из сухофруктов | 180 | 0 | 0 | 19,7 | 78,4 | 0,035 | 1К-11.6 (Сборник рецептур 1996г. № 588) |
| | | Хлеб | 60 | 4,5 | 0,3 | 31,3 | 139,8 | | |