

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,
 e-mail: dou_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ
 «ЦРР-Д/С № 73»
 О.И. Шмарина

МЕНЮ ДЕНЬ 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150-180	3,98	3,67	28,88	164,67
	Какао с молоком	150/8- 180/10	3,67	3,19	15,82	107,00
	Бутерброд с маслом и сыром	30/58/5- 30/5/9	4,73	6,88	14,56	139
	ИТОГО за завтрак		12,38	13,74	59,26	410,67
2-й завтрак	Фрукты свежие	1 шт.	0,4	0,4	8,9	40,30
Обед	Борщ с капустой ,картофелем и сметаной	150/7.5- 200/10	1,39	3,92	9,79	82
	Плов из птицы	100/60- 130/80	22,26	17	35,69	301
	Компот из сухофруктов	150/12- 200/16	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	40-50	3,30	0,60	16,70	86,70
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,30
	ИТОГО за обед		28,97	21,74	99,6	630
Полдник	Омлет натуральный	55-110	9,70	18,60	1,86	214,90
	Горох или кукуруза консервированная	30-50	1,5		3,00	17,5
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3.5- 200/11/7	0,12	0,02	11,1	44,44
	Хлеб пшеничный	30-20	1,58	0,20	9,66	47,30
	ИТОГО за полдник		12,9	18,82	25,62	324,14
Ужин	Булочка ванильная	50-50	3,95	4,06	27,24	161,00
	Кефир	150-180	5,22	4,5	7,2	90,00
	ИТОГО за ужин		9,17	8,56	34,44	251
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		63,82	63,26	227,82	1656,11

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.