

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ № 6
Г. Липецка
Т.В. Шевчук



Примерное 10-дневное
МЕНЮ
для детей от 2 до 3 лет
муниципальных образовательных учреждений города Липецка,
реализующих образовательные программы дошкольного образования
с 12-ти часовым пребыванием,
на 2018 год
Стоимостью – 104 рубля в день

2 ДЕНЬ

	Наименование блюд	ВЫХОД в граммах	пищевая ценность			энерг. ценность ККАЛ	Витамин С	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК								
1	Батон с маслом и сыром	30/4/7	5,25	7,65	16,18	154,45	0,08	3
2	Каша манная с маслом и сахаром	158	4,5	4,7	20,2	156,98		168
3	Чай с сахаром	150/8	0,05	0,015	7	28	0,015	392
	ИТОГО		9,8	12,365	43,38	339,43	0,095	
	2-й завтрак - апельсинн	105	9,45		8,8	40	16	371
ОБЕД								
1	икра кабачковая промышленного производства	50	0,6	3,5	3,7	48,5	2	
2	Суп - лапша домашняя на к/б с зеленью	150/1	12,52	5,64	19,83	69,88	0,5	118/86
3	птица, тушеная в соусе с овощами	40/110	7,57	5,41	13,74	134,16	6,12	302
4	Компот из кураги	150	0,3	0,015	20,82	84,75	0,3	376
5	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0	
	ИТОГО		23,3	14,985	69,78	398,19	8,92	
ПОЛДНИК								
1	десерт творожный	55	2,8	2,47	7,09	50		
	ИТОГО		2,8	2,47	7,09	50	0	
УЖИН								
1	Котлета рыбная любительская с маслом	75/3	10,31	3,36	8,35	105	2,6	256
2	капуста тушеная	100	2,07	3,24	9,43	74,1	7,1	336
3	Кисель из концентрата	150	0,058	0	12,75	49,16	0	648 сб 2004г. Ред. Лапшиной
4	Булка	20	1,35	0,58	10,1	52,6	0,01	
	ИТОГО		13,788	7,18	40,63	280,86	9,71	
	Всего за день	1400	59,138	37	169,68	1108,48	34,725	