

### Примерное меню

Рацион: кратковременные сад

День: понедельник

Сезон: осень-зима

Неделя: 1

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>	Макароны отварные с сыром	170	6	4	43	232	206
	Чай с сахаром	200			8	32	392
	Бутерброд с маслом сливочным ( сад)	35	2	4	14	100	1,02
	<b>Итого за Завтрак 1</b>		8	12	108	572	
<b>Завтрак второй</b>	Сок	100			11	44	399
	<b>Итого за Завтрак второй</b>				11	44	
<b>Итого за день</b>			8	12	119	616	

Рацион: кратковременные сад

День: вторник

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>	Каша геркулесовая на молоке с маслом	160	5	7	10	123	185
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3	16	103	395
	Бутерброд с маслом сливочным ( сад)	35	2	4	14	100	1,02
	<b>Итого за Завтрак 1</b>		10	14	40	326	
<b>Завтрак второй</b>	Сок	100			11	44	399
	<b>Итого за Завтрак второй</b>				11	44	
<b>Итого за день</b>			10	14	51	370	

Рацион: кратковременные сад

День: среда

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>	Каша ячневая молочная с маслом	160	5	6	23	166	185
	Какао с молоком	200	4	3	15	103	397
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром ( сад)	43	4	7	14	135	3,01
	<b>Итого за Завтрак 1</b>		13	16	52	404	
<b>Завтрак второй</b>	Сок	100			11	44	399
	<b>Итого за Завтрак второй</b>				11	44	
<b>Итого за день</b>			13	16	63	448	

Рацион: кратковременные сад

День: четверг

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>	Суп молочный с вермишелью	200	6	5	20	149	93
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3	16	103	395
	Бутерброд с маслом сливочным ( сад)	35	2	4	14	100	1,02
	<b>Итого за Завтрак 1</b>		11	12	50	352	
<b>Завтрак второй</b>	Сок	100			11	44	399
	<b>Итого за Завтрак второй</b>				11	44	
<b>Итого за день</b>			11	12	61	396	

Рацион: кратковременные сад

День: пятница

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		



<b>Итого за день</b>	13	16	62	444	
----------------------	----	----	----	-----	--

Рацион: кратковременные сад

День: пятница

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак 1</b>							
	Каша "Ассорти" молочная с маслом	170	5	6	21	158	185
	Какао с молоком	200	4	3	15	103	397
	Бутерброд с маслом сливочным ( сад)	35	2	4	14	100	1,02
<b>Итого за Завтрак 1</b>			11	13	50	361	
<b>Завтрак второй</b>							
	Сок	100			11	44	399
<b>Итого за Завтрак второй</b>					11	44	
<b>Итого за день</b>			11	13	61	405	

Составили:

Главный бухгалтер

Т.С. Кисенко

Бухгалтер

Н.Ю.Казакова

Шеф-повар

М.М. Киреева

Шеф-повар

М.А. Потрясай