****«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г.

**МБДОУ № \_\_\_\_\_\_\_**

**МЕНЮ**

**ЕЖЕДНЕВНОЕ День 3**

**Возрастная категория детей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Время пребывания детей** (с 12-ти часовым пребыванием)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № сборника рецептур | **Наименование блюда** | **ЯСЛИ** | **САД** |
| Объем порции блюда | Энергетическая ценность (Ккал) | Объем порции блюда | Энергетическая ценность (Ккал) |
|  | **ЗАВТРАК** |  |
| **Сб.Москва 2017 г.№210** | **Омлет натуральный** | **130** | **193,23** | **150** | **218,96** |
| **ТТК № 2160** | **Бутерброд сырный** | **35** | **93,72** | **45** | **128,18** |
| **Сб.Москва 2017 г. №14** | **Масло (порциями)** | **5** | **33,07** | **5** | **33,07** |
| **Сб.Новосибирск 2020г. №54-6гн** | **Кофейный напиток** | **-** | **-** | **200** | **91,1** |
| **№54-3гн,Новосибирск, 2020** | **Чай с лимоном** | **180** | **25,2** | **-** | **-** |
|  | **2-Й ЗАВТРАК** |  |
| **Промышленный выпуск** | **Сок фруктовый в ассортименте** | **150** | **76,8** | **200** | **103,56** |
|  | **ОБЕД** |  |
| **Сб.Москва 2004 г. №85** | **Кукуруза с яйцом и луком** | **40** | **64,58** | **60** | **96,87** |
| **Сб.Москва 2017 г. №113, №114** | **Суп картофельный с клецками** | **150** | **65,46** | **200** | **84,8** |
| **ТТК №510, ТТК №490** | **Котлета «Нежная»/ Котлета «Петушок»** | **50** | **80,28** | **70** | **126,46** |
| **Сб.Москва 2004 г. №224** | **Рагу из овощей** | **110** | **122,47** | **130** | **144,7** |
| **ТТК №2140** | **Компот из компотной смеси** | **150** | **62,11** | **200** | **82,7** |
| **Промышленный выпуск** | **Хлеб пшеничный** | **-** | **-** | **20** | **46,76** |
| **Промышленный выпуск** | **Хлеб ржаной** | **40** | **58,72** | **40** | **58,72** |
|  | **УПЛОТНЕННЫЙ** **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| **Сб.Пермь 2013, №7** | **Салат из моркови** | **30** | **39,51** | **50** | **65,85** |
| **ТТК №2159, 2162** | **Пудинг из творога с соусом шоколадным** | **110/20** | **264,44** | **130/20** | **336,61** |
| **Сб.Москва 2016 г. №411** | **Чай без сахара** | **180** | **0,52** | **200** | **0,65** |
| **Промышленный выпуск** | **Фрукты свежие (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)** | **95** |  | **100** |  |
| **Промышленный выпуск** | **Хлеб пшеничный** | **20** | **46,76** | **30** | **70,14** |
|  | **Ужин** |  |
| **Промышленный выпуск** | **Пряник глазированный** | **-** | **-** | **50** | **172,85** |
| **Пром.выпуск** | **Булочка в ассортименте** | **50** | **100,92** | **-** | **-** |
| **Промышленный выпуск** | **Кефир** | **150** | **83,15** | **200** | **100,2** |
| **Энергетическая ценность рациона питания на одного ребенка (Ккал):** |  |  |  |  |

**Заведующая МБДОУ (ФИО) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Шеф-повар (ФИО) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**