

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

МАДОУ детского сада

комбинированного вида № 184



М.Н. Шилыева

" 01 " 10 2016г.

**Примерное десятидневное меню**  
**для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих**  
**МАДОУ детский сад комбинированного вида № 184**  
**в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов**

<b>1 день</b>		
<i>Завтрак</i>		
СПб.2008	184	Каша гречневая молочная с маслом сливочным
к/к	к/к	Масло сливочное
СПб.2008	430	Чай с сахаром/лимоном
к/к	к/к	Батон «Нарезной» обогащенный
<i>2-й завтрак</i>		
к/к	к/к	Сок или фрукты
<i>Обед</i>		
Пер.2001	11	Салат из соленого огурца с зеленым горошком
Сб.гот.изд.	42/41	Суп рыбный из консервов/Уха из кеты
Пер.2001	163	Плов
Пер.2001	253	Компот из сухофруктов
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный
<i>Полдник</i>		
к/к	к/к	Печенье/фрукты
Пер.2001	251	Ряженка
<i>Ужин</i>		
Пер.2001	116	Вареники ленивые или
Сб.2008	/224	Запеканка творожная с соусом фруктовым
Пер. 2001	262	Чай с молоком

2		
.2001	91	
.2001	253	
/	/	« »
.2008	14	
/	/	
2-		
.2008	442	
	/	
.2008	99	
.2001/ .2008	204/ 125	/
.2008	231	,
.2008	411	-
/	/	-
.2001	294	
.2001	255	
/	/	
.2008	129	,
.2008	430	/
3		
.2008	189	
.2001	249	
/	/	« »
/	/	
2-		
/	/	
.2001	/	
.2001	39	
.2001	154	
.2008	402	. « »
/	/	-
/	/	/
.2001	255	
. . .	27/1	,
.2001	134	
.2001	256	
/	/	-

4		
.2008	189	
.2001	253	
/	/	«            »
.2008	14	
/	/	
2-		
/	/	
.2008	50	"            "
.2001	27	
.2008/ . . .	258/ 95	-            /
.2001	239	
/	/	-
.2001	294	/
.2001	251	
. . .	82	
.2001	221	
.2001	260	
/	/	-
5		
.2008	189	
.2001	253	
/	/	«            »
/	/	
2-		
/	/	
.2001	11	
.2008	83	
.2001	179/181	/            /
.2001	194/191	/
.2008	411	-
/	/	-
.2001	/	/
.2001	255	
	/	
.2001	1	
.2001	260	
/	/	-

6		
.2001	194	
.	4	
.2001	260	
/	/	« »
.2008	14	
/	/	
2-		
/	/	
.2008	89/ 91	
.2008	259/256	/ -
.2001	108/186	/
.2008	401	« »
/	/	-
/	/	/
.2008	435	
.2008	219	
.2001	249	
7		
.2001	96	
.2001	253	
/	/	« »
/	/	
2-		
/	/	
.2008	95	
.	98/99	
. 2001	200	
. 2001	253	. « »
/	/	-
.2001	451	« »/
.2001	255	
.2001/	111/ 77	/
. 2001	242	
/	/	-

8		
.2001	84	« »
.2001	253	
/	/	
/	/	« »
2-		
/	/	
.2001	22	
.2001	34	
. . .	97	
. . .	51	,
.2001	239	
/	/	-
.2008	294	
.2001	255	
. 2001	200	
.2001	174	
.2001	260	
/	/	-
9		
.2008	112	
.2001	249	
/	/	« »
/	/	
.2008	14	
2-		
/	/	
.2008	92	
.2008	306	
.2008	406	- .
/	/	-
.2001	451	
/	/	
.2001	141	« - »
.2001	242	
/	/	-

10		
.2008	189	
.2008	430	/
/	/	«                    »
/	/	
2-		
/	/	
.2001	21,22	/
		/
.2008	100	
.2001	183/104	/
.2001		
.2001	191	
. 2001	253	
/	/	-
	/	/
.2008	435	
.2008	351	
. 2008	239	(                    )
.2001	260	