

Заведующая МК ДОУ
д/с №242



Утверждаю:

В.А.Голикова

« 01 » 09 20 22г.

*Перспективное 10-дневное меню для питания детей 1,5 – 3^x лет
с 12 часовым пребыванием детей в ДОУ*

Перспективное 10-дневное меню для питания детей 1,5 - 3 лет с 12 часовым пребыванием детей в ДОУ

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
1 день											
Завтрак											
118	Сок яблочный	100	0.4	0.4	9.8	44	16.0	2.2	0.03	0.02	10.0
179	Горошница со сливочным маслом	140\5	3.18	3.89	21.44	134	8.0	0.32	0.04	0.02	0
1	Бутерброд с маслом	30\5	2.42	6.0	14.5	123	8.8	0.61	0.04	0.02	0
97	Чай с сахаром	180	2.85	2.41	14.36	91	113.2	0.12	0.04	0.14	1.17
	Всего завтрак	360	8,85	12,7	60,1	392	145,2	3,25	0,019	0,2	11,17
Обед											
53	Икра кабачковая	430	0.36	1.88	2.36	27	7.2	0.24	0.01	0.01	2.2
20/3	Свекольник с мясом, сметаной	150	2.15	2.27	13.71	83	19.6	0.86	0.05	0.05	6.6
174	Плов из мяса с рисом	140	2.65	4.16	17.71	118	32.0	0.87	0.12	0.09	15.73
107	Компот из сухофруктов	160	0.08	0.03	23.52	94	9.6	0.13	0.001	0.003	1.64
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	520	7,88	8,82	70,66	391	82,4	3,66	0,251	0,183	26,17
Полдник											
	Печенье	15	0.75	1.18	7.49	42	2	0.1	0.01	0.01	0
119	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102	226.8	0.19	0.08	0.28	2.46
	Всего полдник	195	6.23	6.06	16.56	144	228.8	0.29	0.09	0.29	2.46
Ужин											
61	Запеканка из творога с повидлом	140/15	22.42	15.2	13.68	280	186.9	0.92	0.08	0.31	0.3
109	Кисель	180	0.39	0.01	24.99	101	28.6	1.12	0.001	0.005	0.36
	Хлеб пшеничный	30	1.57	0.2	9.65	47.5	4.6	0.4	0.03	0.01	0
	Всего ужин	365	24.38	15.41	48.32	429	219.2	2.44	0.09	0.33	0.66
	Итого за день	1540	61	47	213	1500	715	10	0.7	1	41
	Рекомендуется	1500	42	47	203	1400	800	10	0.8	0.9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
2 день											
Завтрак											
368	Яблоки свежие	100	1.5	0.5	21	95	8	0.6	0.04	0.05	10.0
48	Каша кукурузная молочная	150	6.21	5.28	27.9	184	12.1	3.3	0.15	0.08	0
1	Бутерброд с маслом	30\5	2.42	6.0	14.5	123	8.8	0.61	0.04	0.02	0
100	Кофейный напиток на молоке	160	2.67	2.34	14.31	89	113.9	0.37	0.04	0.14	1.2
	Всего завтрак	345	12.8	14.12	77.71	491	142.8	4.88	0.27	0.29	11.2
Обед											
13	Салат из свежей капусты	40	0.34	2.04	1.04	24	9.3	0.24	0.01	0.01	2.22
5	Рассольник с мясом, сметаной	180	1.39	3.9	6.78	67	34.6	0.63	0.04	0.03	14.77
69	Рыба, запеченная с картофелем	160	1.95	4.38	11.36	92	47.4	1.51	0.02	0.05	9.91
107	Компот из кураги	160	0.39	0.01	24.99	101	28.6	1.12	0.001	0.005	0.36
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	580	13.02	16.28	66.4	490	153.5	5.89	0.19	0.175	27.52
Полдник											
125	Крендель сахарный	60	0.48	0.28	7.77	33.5	0.9	0.06	0.005	0.005	0
91/2	Напиток из вишни	160	5.22	4.5	7.56	92	223.2	0.18	0.04	0.23	0.54
	Всего полдник	220	5.7	4.78	15.33	125	224.1	0.24	0.04	0.23	0.54
Ужин											
50/2	Макаронны отварные с сыром	140/5	2.42	5.55	12.99	111	42.9	1.0	0.06	0.07	10.78
97	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	10	0.28	0	0	0.03
	Хлеб пшеничный	30	1.57	0.2	9.65	47.5	4.6	0.4	0.03	0.01	0
	Всего ужин	355	4.05	5.77	32.63	198	57.5	1.68	0.09	0.08	10.81
	Итого за день	1600	36	41	192	1350	578	12	0.6	0.8	50
	Рекомендуется	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
3 день											
Завтрак											
368	Банан свежий	100	0.4	0.3	10.3	46	19	2.3	0.03	0.1	5.0
44/2	Каша пшеничная молочная	150	3.79	5.48	19.03	141	17.8	1.08	0.13	0.03	0
102	Какао на молоке	160	2.85	2.41	14.36	91	113.2	0.12	0.04	0.14	1.17
1	Бутерброд с маслом	20/5	2.36	0.3	14.4	71	6.9	0.6	0.04	0.01	0
	Всего завтрак	335	9.4	8.49	58.09	349	156.9	4.1	0.24	0.28	6.17
Обед											
25	Суп куриный с клецками	180	1.19	2.07	2.5	33	8.5	0.27	0.04	0.01	4.4
14	Салат из свеклы	40	2.15	2.27	13.71	83	19.6	0.86	0.05	0.05	6.6
81	Суфле из курицы с рисом	140	9.09	6.5	16.49	161	39.6	1.45	0.18	0.11	7.34
107	Компот из сухофруктов	160	0.11	0.09	24.31	98	11.0	0.1	0.001	0.03	1.64
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	560	16.57	11.61	80.02	491	97.3	4.64	0.37	0.24	19.98
Полдник											
3	Бутерброд с маслом, сыром	20/5/10	9.22	5.48	29.18	202	50.8	0.9	0.08	0.12	0.04
97	Чай с сахаром	160	5.48	4.88	9.07	102	226.8	0.19	0.08	0.28	2.46
	Всего полдник	195	14.7	10.36	38.25	304	277.6	1.09	0.16	0.4	2.5
Ужин											
35	Овощное рагу	180	6.01	11.15	6.29	150	42.0	1.27	0.05	0.22	3.29
91/2	Напиток из брусники	160	1.1	0.1	12.6	55	19	0.6	0.01	0.02	3.0
	Хлеб пшеничный	20	1.57	0.2	9.65	47.5	4.6	0.4	0.03	0.01	0
	Всего ужин	360	8.68	11.45	28.54	252	65.6	2.27	0.09	0.25	6.29
	Итого за день	1580	49	42	204	1400	600	12	0.8	1.0	35
	Рекомендуется	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	B1	B2	C
4 день											
Завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0.4	0.4	9.8	44	16.0	2.2	0.03	0.02	10.0
168	Каша ячневая молочная	150	4.59	4.9	26.32	168	13	1.09	0.15	0.02	0
100	Кофейный напиток на молоке	160	3.15	2.72	12.96	89	114.7	0.41	0.04	0.14	1.2
1	Бутерброд с маслом	30\5	5.9	10.42	14.5	177	140.8	0.76	0.04	0.06	0.1
	Всего завтрак	345	14.04	18.44	63.58	478	284.5	4.46	0.26	0.24	11.3
Обед											
	Огурец консервированный	40	0.57	2.44	3.34	37	14.1	0.53	0.01	0.01	3.8
22	Суп крестьянский с мясом	180	4.39	4.21	13.05	107	30.4	1.62	0.18	0.05	4.65
75	Жаркое по-домашнему	160	2.47	3.74	19.94	123	12.6	1.0	0.13	0.08	18.2
107	Компот из кураги	160	0.39	0.01	24.99	101	28.6	1.12	0.001	0.005	0.36
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	580	21.69	20.16	77.42	615	137.1	6.93	0.47	0.29	27.12
Полдник											
126	Сдоба «Венская»	60	0.32	0.28	8.11	34	1.0	0.06	0.005	0.005	0
91/2	Напиток из вишни	160	5.48	4.88	9.07	102	226.8	0.19	0.08	0.28	2.46
	Всего полдник	210	5.8	5.16	17.18	136	227.8	0.25	0.08	0.28	2.46
Ужин											
30	Суп молочный с крупой	180	17.79	13.03	18.37	261	114.36	0.69	0.07	0.26	0.22
97	Чай с сахаром	160	0.9		22.86	95	36	0.36	0.04	0.07	7.2
	Хлеб пшеничный	30	1.18	0.15	7.2	35.5	3.45	0.3	0.02	0.005	0
	Всего ужин	370	19.87	13.18	48.43	391.5	153.81	1.35	0.13	0.33	7.44
	Итого за день	1605	61	56	260	1600	803	12	0.9	1.0	48
	Рекомендуется	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
5 день											
Завтрак											
368	Банан свежий	100	0.04	0.3	10.3	46	19	2.3	0.03	0.03	5.0
59	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/15	4.4	4.06	26.9	162	17.8	1.88	0.11	0.04	0
102	Какао на молоке	160	2.85	2.41	14.36	91	113.2	0.12	0.04	0.14	1.17
1	Бутерброд с маслом	30/5	2.42	6.0	14.5	123	8.8	0.61	0.04	0.02	0
	Всего завтрак	350	9.71	12.77	66.06	422	158.8	4.91	0.22	0.23	6.17
Обед											
7	Салат из консервированного горошка	40	0.5	0.03	4.6	21	10.4	0.28	0.02	0.02	1.92
25	Суп овощной с мясом, сметаной	180	1.87	2.26	13.3	81	20.6	0.93	0.1	0.06	9.6
87	Голубцы ленивые	100	6.53	5.17	10.23	113	33.1	0.76	0.04	0.08	8.77
105	Соус сметанный	10	4.5	3.48	21.8	136	4.0	0.91	0.04	0.02	0
107	Компот из сухофруктов	160	0.39	0.01	24.99	101	28.6	1.12	0.001	0.005	0.36
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	530	16,43	11,43	88,28	521	110,7	5,56	5,83	0,215	20,65
Полдник											
119	Молоко кипяченое	180	5.2	4.5	7.2	90	216	0.18	0.07	0.31	1.26
	Вафли	10	0.75	1.18	7.49	42	2.0	0.1	0.01	0.01	0
	Всего полдник	190	5.95	5.68	14.69	132	218.0	0.28	0.08	0.32	1.26
Ужин											
133	Картофель отварной	140	6.93	3.98	1.92	70	21.3	0.49	0.05	0.05	1.57
6	Сельдь слабо-соленная с луком	40	0,03	2,36	3,61	65	14	0,08	0,02	0,02	0
97	Чай с сахаром	160	0.12	0.06	10.24	42	11.3	0.44	0	0.	0.24
	Хлеб пшеничный	30	1.57	0.2	9.65	47.5	46	0.4	0.03	0.01	0
	Всего ужин	370	8.62	4.24	21.81	159	78.6	1.33	0.08	0.06	1.81
	Итого за день	1540	42	32	201	1300	571	12	0.7	0.8	30
	Рекомендуется	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
6 день											
Завтрак											
118	Сок яблочный	100	1.5	0.5	21.0	95	8.0	0.6	0.04	0.05	10.0
50	Макароны отварные со сливочным маслом	140/5	8.5	10.24	35.17	267	156.5	2.58	0.18	0.19	1.46
1	Бутерброд с маслом	30/5	5.9	10.42	14.5	177	140.8	0.76	0.04	0.06	0.10
97	Чай с сахаром	160	3.15	2.72	12.96	89	114.7	0.41	0.04	0.14	1.20
	Всего завтрак	340									
Обед											
	Томат консервированный	30	0.54	20.08	3.42	35	8.5	0.29	0.02	0.02	4.8
21	Щи с мясом, сметаной	180	3.12	0.33	16.43	81	19.32	0.08	0.01	0.06	3.17
76	Гуляш мясной	50	2.48	0.31	15.2	74	7.2	0.62	0.048	0.016	0
39	Гречка рассыпчатая	130	18.91	17.34	31.44	357	35.5	1.78	0.22	0.09	0.88
107	Компот из кураги	160	0.90		18.18	76	12.6	2.52	0.02	0.02	3.60
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	590	28.53	38.54	98.03	692	97.12	6.85	0.39	0.24	12.45
Полдник											
	Пряник	30	5.09	8.76	37.74	250	13.8	0.91	0.08	0.04	0
109	Кисель	150	5.48	4.88	9.07	102	226.8	0.19	0.08	0.28	2.46
	Всего полдник	180	10.57	13.64	46.81	352	240.6	1.1	0.16	0.32	2.46
Ужин											
58	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/15	7.72	13.5	3.33	165	62.8	1.54	0.05	0.31	0.15
91/2	Напиток из брусники	160	0.06	0.02	9.99	40	10.0	0.28	0	0	0.03
	Хлеб пшеничный	30	1.18	0.15	7.2	35.5	3.45	0.3	0.02	0.5	0
	Всего ужин	345	8.96	13.67	20.52	240.5	76.25	2.12	0.07	0.31	0.18
	Итого за день	1555	67	89	248	1520	830	14	0.9	1.0	28
	Рекомендовано	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
7 день											
Завтрак											
368	Банан свежий	100	00.4	0.3	10.3	46	19	2.3	0.03	0.03	5.0
44	Каша пшеничная жидкая	150	4.4	4.06	26.9	162	17.8	1.88	0.11	0.04	0
1	Бутерброд с маслом	30/5	5.9	10.42	14.5	177	140.8	0.76	0.04	0.06	0.10
100	Кофейный напиток на молоке	160	3.15	2.72	12.96	89	114.7	0.41	0.04	0.14	1.2
	Всего завтрак	345	13.49	17.5	64.66	474	292.3	5.35	0.22	0.27	6.3
Обед											
10	Салат из свежих огурцов	40	0.56	2.03	3.6	35	14.9	0.2	0.01	0.01	12.98
23	Суп гороховый с мясом	180	1.68	4.09	13.27	96	21.1	0.77	0.07	0.04	6.03
65	Суфле из рыбы с рисом	130	25.02	6.79	19.95	240	28.45	3.66	0.19	0.3	8.15
107	Компот из сухофруктов	160	0.9		22.86	95	36.0	0.36	0.04	0.07	7.2
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	550	32.37	13.59	82.69	665	119.0	6.95	0.41	0.46	34.36
Полдник											
120	Сметанный калач	60	4.95	9.19	39.01	259	13.5	0.89	0.08	0.07	0
91	Напиток из свежих яблок	180	5.22	4.5	7.2	90	216	0.18	0.07	0.31	1.26
	Всего полдник	240	10.17	13.69	46.21	349	229.5	1.07	0.15	0.38	1.26
Ужин											
29	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.14	6.41	29	194	10.9	1.1	0.06	0.04	0
97	Чай с сахаром	160	0.06	0.02	9.99	40	10	0.28	0	0	0.03
	Хлеб пшеничный	30	1.57	0.2	9.65	47.5	4.6	0.4	0.03	0.01	0
	Всего ужин	370	6.77	6.63	48.64	281	25.5	1.08	0.09	0.05	0.03
	Итого за день	1605	62	51	242	1700	666	13	0.8	0.9	45
	Рекомендовано	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	Выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
8 день											
Завтрак											
368	Яблоки свежие	100	0.4	0.4	9.8	44	16.0	2.2	0.03	0.02	10.0
45	Каша рисовая молочная	150	4.39	4.20	33.19	188	37.2	0.82	0.08	0.03	0
102	Какао на молоке	160	2.67	2...34	13.31	89	113.9	0.37	0.04	0.14	1.2
1	Бутерброд с маслом	20\5	2.42	6.0	14.5	123	8.8	0.61	0.04	0.02	0
	Всего завтрак	335	9.88	12.94	71.8	444	175.9	4.0	0.19	0.21	11.2
Обед											
	Огурец консервированный	30	0.36	1.88	2.36	27	7.2	0.24	0.01	0.01	2.2
4	Суп «Паутинка» с курицей	180	6.87	6.72	11.46	133	36.2	1.01	0.08	0.11	7.29
32/3	Бигус с курицей	160	12.39	4.93	13.67	148	17.0	3.91	0.18	1.27	5.8
107	Компот из кураги	160	0.08	0.03	23.52	94	9.6	0.13	0.001	0.003	1.64
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69	14.0	1.56	0.07	0.03	0
	Всего обед	570	23.91	14.24	74.02	518.5	88.6	7.25	0.371	1.43	16.93
Полдник											
2	Бутерброд с повидлом	20/15	0.32	0.28	8.11	24	1.0	0.06	0.005	0.005	0
119	Молоко кипяченое	180	5.22	4.5	7.56	92	223.2	0.18	0.04	0.23	0.54
	Всего полдник	215	5.54	4.78	15.67	126	224.2	0.24	0,04	0,23	0,54
Ужин											
54	Омлет натуральный	100	2,68	4,2	12,25	97	72	1,05	0,03	0,04	22,3
	Горошек консервированный	40	5,5	11,95	0,2	130	17,5	0,9	0,1	0,08	0
97	Чай с сахаром	160	0,14	0,02	10,75	44	4,7	0,31	0	0,01	0,39
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,2	9,65	47,5	4,6	0,4	0,03	0,01	0
	Всего ужин	320	9,85	16,37	32,85	319	98,8	2,66	0,16	0,14	22,69
	Итого за день	1540	49	48	134	1400	590	14	0,8	1,9	45
	Рекомендовано	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	Выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	В1	В2	С
9 день											
Завтрак											
368	Бананы свежие	100	1,5	0,5	21,0	95	8,0	0,6	0,04	0,05	10,0
47	Каша манная молочная	150	2,17	3,89	27,45	154	4,9	0,34	0,02	0,02	0
1	Бутерброд с маслом	30\5	2,42	6,0	14,5	123	8,8	0,61	0,04	0,02	0
100	Кофейный напиток на молоке	160	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
	Всего завтрак	345	8,94	12,8	77,31	463	134,9	1,67	0,14	0,21	21,17
Обед											
13	Салат из свежей капусты	30	0,62	2,44	5,41	46	16,6	0,56	0,01	0,02	3,09
19	Борщ с фасолью, сметаной	180	2,15	2,27	13,71	83	19,6	0,86	0,05	0,05	6,60
68	Котлета мясная	50	18,05	14,26	4,58	218	32,5	1,38	0,04	0,12	0,97
82	Пюре картофельное	110	1,7	3,36	6,73	64	34,2	0,82	0,07	0,08	4,79
107	Компот из сухофруктов	160	0,54	0,18	27,36	113	18,0	0,54	0,02	0,02	7,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69	14,0	1,56	0,07	0,03	0
	Всего обед	570	27,24	23,19	80,8	640	139,5	6,12	0,29	0,33	22,65
Полдник											
124	Ватрушка с творогом	60	0,48	0,28	7,77	33,5	0,9	0,06	0,005	0,005	0
119	Молоко кипяченое	160	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	0,28	2,46
	Всего полдник	220	5,96	5,16	16,84	135	227,7	0,25	0,08	0,28	2,46
Ужин											
32	Капуста тушенная	160	11,43	3,82	2,24	89	35,0	0,86	0,07	0,13	0,14
98	Чай с лимоном	160	0,12	0,02	10,20	41	12,8	0,32	0	0	2,83
	Хлеб пшеничный	30	1,57	0,2	9,65	47,5	4,6	0,4	0,03	0,01	0
	Всего ужин	350	13,12	4,04	22,09	1770	52,4	1,58	0,1	0,14	2,97
	Итого за день	1585	55	45	200	1400	560	10	0,6	0,9	49
	Рекомендовано	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

	Наименование блюд	Выход блюда	белки	жиры	углеводы	калории	кальций	железо	B1	B2	C
10 день											
Завтрак											
368	Груши свежие	100	0,04	0,30	10,30	46	19	2,3	0,03	0,03	5,0
46	Каша «Геркулес» молочная	150	8052	9,68	35,09	262	141,1	2,98	0,17	0,20	1,46
1	Бутерброд с маслом	30\5	2,42	6,0	14,5	123	8,8	0,61	0,04	0,02	0
102	Какао с молоком	160	3,15	2,72	12,96	89	114,7	0,41	0,04	0,14	1,2
	Всего завтрак	345	14,3	18,7	72,85	520	283,6	6,3	0,28	0,39	7,66
Обед											
16/2	Салат из моркови с консервированной кукурузой	40	0,64	2,0	2,68	31	17,0	0,23	0,008	0,008	10,24
24	Суп-лапша с курицей	180	1,45	3,92	10,19	82	35,9	0,95	0,03	0,03	8,23
80/3	Тефтели куриные	100	16,45	5,41	0,77	117	26,6	1,65	0,04	0,15	0,14
107	Компот из кураги	160	0,09	0,03	18,18	76	12,6	2,52	0,02	0,02	3,60
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69	14	14,0	1,56	0,07	0,03
	Всего обед	520	21,27	11,84	45,18	375	106,1	19,35	1,598	0,278	22,24
Полдник											
	Вафли	10	5,43	3,30	36,61	197	15,4	0,96	0,09	0,05	0
91/2	Напиток из вишни	180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	0,28	2,46
	Всего полдник	190	10,91	8,18	45,68	299	242,2	1,15	0,17	0,33	2,46
Ужин											
68	Рыба запеченная в омлете	160	18,16	12,91	29,19	306	155,8	1,16	0,07	0,27	0,22
97	Чай с сахаром	160	0,06	0,02	9,99	40	10,0	0,28	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	30	1,57	0,2	9,65	47,5	4,6	0,4	0,03	0,01	0
	Всего ужин	350	19,79	13,13	48,83	393,5	170,4	1,84	0,1	0,28	0,25
	Итого за день	1505	71	56	240	1700	800	17	0,8	1,0	48
	Рекомендовано	1500	42	47	203	1400	800	10	0,8	0,9	45

Утверждаю:

Заведующая МК ДОУ

д/с №242 _____ В.А.Голикова

«__» _____ 20__ г.

*Перспективное 10-дневное меню для питания детей 1,5 – 3^х лет
с 12 часовым пребыванием детей в ДОУ*

Утверждаю:

Заведующая МК ДОУ

д/с №242 _____ В.А.Голикова

« ____ » _____ 20__ г.

*Перспективное 10-дневное меню для питания детей 1,5 - 3^x лет с
12 часовым пребыванием детей в ДОУ*

*Перспективное 10-дневное меню для питания детей 3^x - 7 лет с
12 часовым пребыванием детей в ДОУ*