



## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и солеными овощами: помидорами, огурцами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Вещества (г)					
			Б	Ж	У			
<b>День 10</b>								
<b>Завтрак</b>								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	59,5	3,5	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70/5	7,1	12,5	1,4	146,1	0,1	№215
	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	180	5,3	5,8	8,6	99	1	№400
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	1,5	75	0	
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9		35,3	0	№7
<b>II Завтрак</b>								
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	170	0,7	0,7	16,2	77,8	6,8	№368
<b>Обед</b>								
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,2	2,9	7,5	62	5,1	№57
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70	9,8	11	8,9	174,2	0,7	№286
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,3	1	1,4	17,6	0,2	№356
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,5	141,5	10,3	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,3		20,2	83,4	0,1	№376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
<b>Уплотненный полдник</b>								
	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80/40	2,5	5,2	8,7	89,3	2,5	№129
	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	70/5	13,3	3,8	0,3	88,7	0,5	№ 245
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,8	15,4	93,3	0,5	№395
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	4,2	8,7	33,5	228,4	0	№470
<b>Итого за 10 день:</b>			60,2	68,2	188,5	1 595,0	31,3	



## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 11</b>								
<b>Завтрак</b>								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеница)	170/5	7,8	5,4	34,4	209	0,8	№185
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	№397
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
<b>II Завтрак</b>								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	180			20,1	80,3	1	№399
<b>Обед</b>								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленые)	40	0,3		1	5,4	1,6	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,3	3,5	5,7	59,5	7,7	№67
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	26,5	28,5	23,3	456,3	1,4	№304
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	1,2	№372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ИКРА СВЯКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (морковная)	60	1,3	3,5	6,5	64,9	3,1	№54
	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,8	3,2	16,7	105,3	7,4	№319
	ЧАЙ С С/ХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1		9,9	39,9	0	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0	
	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104,3	0	
<b>Итого за 11 день:</b>			<b>52,8</b>	<b>51,9</b>	<b>214,6</b>	<b>1 520,6</b>	<b>24,8</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_

## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 12								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ	180/2	5	5,4	16,2	126,6	0,6	№94
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,8	15,4	93,3	0,5	№395
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1	0	№1
II Завтрак								
	АПЕЛЬСИН	220	1,4	0,3	12,1	64,2	37	
Обед								
	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (свекольная)	40	1	2,3	5	45,6	2,8	№54
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,4	2,3	8,9	60,9	2,7	№85
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/60	18,4	17,3	3,5	249,3	0	№278
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	2,3	3,8	11,4	93	4,6	№151
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,1	21,3	21,3	85,4	0	№383
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
Уплотненный полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	17,6	13,2	18,8	277,2	0,2	№237
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА	180	5	4,4	7,4	94,3	0,2	№401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	ТЫКВА ПРИПУЩЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И ИЗЮМОМ	80	0,9	2,4	13	79,3	2,9	№131
Итого за 12 дней:			62,4	62,2	174,2	1 529,6	51,5	

Зав. производством

## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 13								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная)	170/5	7,8	4,9	33,8	202,7	0,8	№185
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,6	2,8	1,4	87	0,5	№394
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	1,5	75	0	
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3	1,4	№399
Обед								
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (морковь)	40	0,6	1,4	3,3	28,6	0,9	№324
	БОРЩ	150	1,1	2,9	5,8	54,6	5,1	№56
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,9	21	15,7	322,9	8,2	№276
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,3		20,2	83,4	0,1	№376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	1,6	76	0	
Уплотненный полдник								
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	10,1	3,5	5,6	93,6	0,1	№263
	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ	150	6,9	9,4	24,2	209,8	28,1	№152
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	14,9	0	№354
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1		9,9	39,9	0	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
Итого за 13 день:			54,9	48,3	192,4	1 416,1	45,2	

Зав. производством \_\_\_\_\_



## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 14</b>								
<b>Завтрак</b>								
	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/30	1,9	3,8	6,5	67,4	1,8	№129
	ОМЛЕТ С СЫРОМ	70/5	8,4	14,4	1,3	169,7	0,1	№216
	МОЛОКО КИНЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,8	8,6	99	1	№400
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
<b>II Завтрак</b>								
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	100	1,5	0,5	20,5	93,4	4	№368
<b>Обед</b>								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (томаты соленые)	40	0,4		1	5,4	1,6	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,8	1,8	12,1	70,9	3,9	№82
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	170	11,4	7,7	28,6	237,9	19,3	№291
	СОУС СМЕТАННЫЙ	15	0,2	0,6	0,9	11,9	0	№354
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ ИЛИ МАНДАРИНОВ	150	0,3	0,1	24,7	102,7	9	№374
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
<b>Уплотненный</b>								
<b>Полдник</b>								
	ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ	130	11,1	7	28,4	227,1	0,1	№212
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий)	30	0,6	1,5	4	30,8	0,1	№351
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА	180	5	4,4	7,4	94,3	0,2	№401
	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	4,2	8,7	33,5	228,4	0	№470
<b>Итого за 14 день:</b>			<b>56,9</b>	<b>57,6</b>	<b>208,5</b>	<b>1 589,9</b>	<b>41,1</b>	

Зав. производством

Утверждено

Заведующий

МОУ

20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г



Прем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность (калл)	Витамин С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
<b>День 15</b>								
<b>Завтрак</b>								
	КАША ЖИДКАЯ (манная)	170,5	6,8	5	29,6	181,4	0,8	№185
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	№397
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9		35,3	0	№7
<b>II Завтрак</b>								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	180			20,1	80,3	1	№399
<b>Обед</b>								
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ ИЛИ СОУСЕ	40	0,8	1,2	4,4	33,3	1,8	№134
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,6	1,8	11,6	67,9	5,7	№77
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	11,9	11,3	196,8	0,1	№282
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	3,3	10,1	81,9	21,4	№336
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,1		21,3	85,4	0	№383
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленые)	30	0,2		0,8	4,1	1,2	
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	70	8,1	4,8	2,6	86,7	0,5	№ 253
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,3	18,7	122,6	9	№321
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,6	2,8	14	87	0,5	№394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	6,1	4,9	34,8	207,7	0	№473
<b>Итого за 15 день:</b>			55,1	48	235,2	1 570,7	42,6	

Зав. производством

## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прiem пици	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (калл)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 16								
Завтрак								
	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	59,5	3,5	
	МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100/5	3,8	4	24,1	146,9	0	№205
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10	0,1		9,9	39,9	0	№392
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1	0	№1
II Завтрак								
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ	100/5	0,4	0,4	32,6	138	4	№385
Обед								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (томаты соленые)	40	0,4		1	5,4	1,6	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,3	3,5	5,7	59,5	7,7	№67
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	19,3	18,1	19,6	323,7	9,1	№302
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,3		20,2	83,4	0,1	№376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	0	
Уплотненный полдник								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180/2	4,4	5,3	14,9	117,8	0,6	№94
	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	180	5,3	5,8	8,6	99	1	№400
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (с морковью)	50	3,2	2,8	28,2	151,9	0	№454
	ФАРШ МОРКОВНЫЙ С ИЗЮМОМ (для пирожков)	20	0,3	1,2	3,1	24,6	0,4	№ 508
Итого за 16 дней:			47,4	53,7	220,5	1 545,6	28	

Зав. производством

## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и солеными овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 17								
Завтрак								
	КАША вязкая с тыквой (пшеница)	170/5	7,1	7,2	34	225,2	2,3	№169
	ЧАЙ с молоком или сливками	180	2,6	2,8	14	87	0,5	№394
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3	1,4	№399
Обед								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (томаты соленные)	40	0,4		1	5,4	1,6	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/25	7,1	6,6	12	135,6	6	№83
	КОТЛЕТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	6,4	12,3	25,7	239	16,5	№146
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	15,5	0	№354
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	1,2	№372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
Уплотненный полдник								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	110	14,8	10,5	22,1	252	0,2	№236
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий)	20	0,4	1	2,7	20	0	№351
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА	180	5	4,4	7,4	94,3	0,2	№401
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
Итого за 17 дней:			52,1	48,1	201,2	1 452,1	29,9	

Зав. производством



Разработано

ИР-Стрельников А.В.

Утверждено

Заведующий

МОУ

**20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования*

2017г



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (калл)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 18</b>								
<b>Завтрак</b>								
	КАША ЖИДКАЯ ("Геркулес")	170/5	7,3	6,3	27,4	187,2	0,8 №185	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,8	15,4	93,3	0,5 №395	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
<b>II Завтрак</b>								
	АПЕЛЬСИН	220	1,4	0,3	12,1	64,2	37	
<b>Обед</b>								
	ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (морковь)	40	0,6	1,4	3,3	28,6	0,9 №324	
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,4	3	9,3	70,1	4,3 №58	
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70	9,8	11	8,8	173,9	0,7 №286	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	5,2	15,4	124,5	32,2 №336	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,1	0,1	21,3	85,4	0 №383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленые)	30	0,2		0,8	4,1	1,2	
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70/5	11,2	7	6,6	134,6	2,1 №258	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,6	4,1	16,8	113,8	7,9 №322	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,6	2,8	14	87	0,5 №394	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,5	7,2	27,9	190,2	0 №470	
<b>Итого за 18 день:</b>			<b>53,4</b>	<b>52,5</b>	<b>220,1</b>	<b>1555,3</b>	<b>88,1</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



## 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с тыквой и соевыми овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 19								
Завтрак								
	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/30	1,9	3,8	6,4	66,4	1,8	№129
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70/5	7,1	12,3	1,4	145	0,1	№215
	МОЛОКО КИпяЩЕНОЕ	180	5,3	5,8	8,6	99	1	№400
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный, виноградный)	180			20,1	80,3	1	№399
Обед								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	47,6	2,8	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,6	1,8	11,6	67,9	5,7	№77
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	12,2	11,1	198,4	0,1	№282
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (гречневая)	80/5	4,1	6,2	18,7	147,1	0,2	№166
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,3		20,2	83,4	0,1	№376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
Уплотненный полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	110	12	11,3	26,2	261,6	0,6	№238
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий)	30	0,6	1,5	4	30,8	0,1	№551
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТАКВАША, РЯЖЕНКА	180	5	4,4	7,4	94,3	0,2	№401
	ТЫКВА ПРИПУЩЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И ИЗЮМОМ	80	0,9	2,4	13	79,3	2,9	№131
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0	
Итого за 19 день:			58,3	66,8	197,9	1 623,1	16,6	

Зав. производством



**20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*(с тыквой и солеными овощами: помидорами, огурцами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования*

2017г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Вещества (г)	Б	Ж			
День 20								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180/2	5,2	5,4	17	130,1	0,6	№93
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	№397
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15	75	0	
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9		35,3	0	№7
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3	1,4	№399
Обед								
	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленые)	40	0,3		1	5,4	1,6	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,2	2,9	7,5	61,8	5,1	№57
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/70	12	13,7	10,4	220,8	0,3	№288
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	80	1,9	2,2	20,3	109,3	0	№316
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ ИЛИ МАНДАРИНОВ	150	0,3	0,1	24,7	102,7	9	№374
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16	76	0	
Уплотненный полдник								
	РЫБА ОТВАРНАЯ	70/5	13,4	3,6	0,7	88,2	0,6	№242
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	150	3,3	9,6	24,9	201,6	1,5	№133
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2		10,1	42,2	1,1	№393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	0	
	БУЛОЧКА "ВЕСУШКА"	50	5,1	4,1	29,1	173	0	№473
Итого за 20 день:			55,9	49,8	219,3	1 551,0	31,8	

Зав. производством \_\_\_\_\_