



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ

В.С. Мухоморова

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1 День 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) с маслом ТТК №107	160/5	3,8	6,3	13,6	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	8,5	65,4	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		355	9,4	9,8	42,7	301,8		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Обед								
Итого за обед		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник		150	16,4	7,7	15,3	199,6	ТТК №48/1	
Всего за день:								
Повар		405	21,73	11,71	61,51	441,77	467	2011
		45,53	37,81	187,11	1261,97			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1 День 5	КАША ЖИДКАЯ (перкулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	161,4	ТТК №104	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	14,5	9,8	56,1	371		
2 Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ НА М/Б ТТК №87/1	150	2	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
	ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №49/1	130	14,24	6,68	13,3	172,97	ТТК №49/1	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	21,14	11,28	77,2	498,57		
Уплотненный								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЦАМИ (РИСОВАЯ) №166	110	2,5	4,2	25,8	156,8	166	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный подзаказ		370	10,8	13	63,1	401		
Всего за день:			47,34	34,28	214,1	1345,67		
Повар _____								

