

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Меню 22.11.23

8 день

Согласовано  
Директор Т.А. Куракина

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
КАША вязкая молочная из риса и пшена ДРУЖБА №175	200		5,8	6,7	36,7	236,3	175	2011
Сыр (порциями) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3	7	2011
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200		3,1	2,4	17,0	102,5	395	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>		<b>14,1</b>	<b>12,2</b>	<b>73,2</b>	<b>466,0</b>		
<b>II Завтрак</b>								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>		<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>		
<b>Обед</b>								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1	77	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70		9,0	11,6	9,1	179,6	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7	205	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>		<b>21,0</b>	<b>18,6</b>	<b>113,8</b>	<b>711,7</b>		
<b>Полдник</b>								
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200		0,7	0,3	20,2	98,1	398	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>		<b>4,5</b>	<b>5,2</b>	<b>57,4</b>	<b>306,6</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>40,4</b>	<b>36,2</b>	<b>259,1</b>	<b>1 546,9</b>		