

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

Меню 21.12.23

9 день

Согласовано  
Директор  Л.А. Куракина

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	149,7	93	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	169,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	39,4	392	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>452</b>		<b>9,1</b>	<b>12,6</b>	<b>358,8</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>		<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</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	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200		1,9	2,2	81,9	80	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	374,8	289	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	104,9	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	61,2	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>		<b>29,7</b>	<b>28,8</b>	<b>81,8</b>		<b>705,0</b>
<b>Полдник</b>							
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	ТТК № 8	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	393	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>		<b>3,2</b>	<b>2,4</b>	<b>47,5</b>		<b>224,7</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>42,8</b>	<b>44,0</b>	<b>193,7</b>		<b>1 351,1</b>