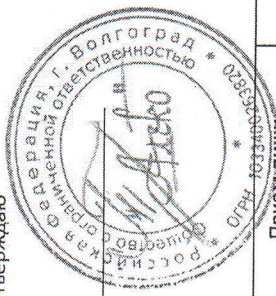


Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 |                               |              |                  |
| Неделя 2<br>День 7    | Завтрак                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       |                                | 130          | 8,1              | 8,4     | 6,5         | 180,3                         | ТТК №72      |                  |
|                       |                                | 180/10       | 0,1              | 0       | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                       |                                | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |              |                  |
|                       | Итого за завтрак               | 350          | 10,5             | 9,3     | 31,7        | 298,3                         |              |                  |
| 2 Завтрак             |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       |                                | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | 399          | 2011             |
|                       |                                | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |              |                  |
|                       |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Обед                  |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       |                                | 30           | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                           |              |                  |
|                       |                                | 150/15       | 4,1              | 4       | 10,4        | 94                            | ТТК №202     |                  |
|                       |                                | 130/20       | 13               | 7,4     | 28,4        | 251,1                         | ТТК №64, 354 | 2011             |
| Итого за обед         |                                | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                          | 372          | 2011             |
|                       |                                | 35           | 2,3              | 0,3     | 14,8        | 71,4                          |              |                  |
|                       |                                | 530          | 19,8             | 11,8    | 71,7        | 492,4                         |              |                  |
|                       |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Уплотненный полдник   |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       |                                | 50           | 6,2              | 8,9     | 1,3         | 44,8                          | ТТК №73      |                  |
|                       |                                | 110          | 2,3              | 3,3     | 15,6        | 104,9                         | 321          | 2011             |
|                       |                                | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394          | 2011             |
| Итого за уплотненными |                                | 60           | 4,5              | 1,74    | 30,84       | 157,2                         |              |                  |
|                       |                                | 400          | 16,17            | 16,64   | 60,74       | 396,67                        |              |                  |
|                       |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       | Всего за день:                 |              | 47,37            | 37,94   | 181,84      | 1262,47                       |              |                  |

Повар