

Согласовываю — Нерев СА моу — Нерев СА

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

		The state of the s						
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				No.	05
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
Неделя 1 День 5			<u> </u>	1				<b>.</b>
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	TTK № 104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103.1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27.4	The second secon	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	No.		2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200						
Итого за 2 завтрак	3000 M 10171 Ne000	200	1,0	0,2	19,6		399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4.5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К∕Б ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85.2	TTK N987	1
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499.1	TTK №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9.7	46,0		
Итого за обед		630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	201			
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5		3,9	59,5		
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	130	2,8	6,9	6,8	135,8	TTK №77	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	4,1	15,9	116,8	151	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный		****	3,1	U,Z	20,1	94,7		
полдник		470	17,0	16,0	64,8	495,1		
Всего за день:			68,1	64,0	257,7	1 914,9		

Повар \_\_\_\_\_