

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

Утверждено  
 Директор  
 Л.А.Куракина

5 день

03.05.24

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9	93	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>447</b>		<b>10,3</b>	<b>11,8</b>	<b>44,1</b>	<b>330,9</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 ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200		1,5	3,0	8,8	71,7	135	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3	304	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>640</b>		<b>32,1</b>	<b>30,9</b>	<b>91,9</b>	<b>781,3</b>		
<b>Полдник</b>								
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	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>47,7</b>	<b>48,1</b>	<b>208,1</b>	<b>1 481,4</b>		

102,1

ЦЕНА