

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

Меню дошкольной группы на 22.05.24

8 день

Директор Л.А. Куракина

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции   | Цена порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                           |                |             | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                 |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |                |             |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175                                                                          | 200            |             | 5,8              | 6,7     | 36,7        | 236,3                            | 175             | 2011                |
|                                                                                                                           | 10             |             | 2,2              | 2,9     | 0,0         | 35,3                             | 7               | 2011                |
|                                                                                                                           | 200            |             | 3,1              | 2,4     | 17,0        | 102,5                            | 395             | 2011                |
|                                                                                                                           | 40             |             | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                             | ТТК №6          |                     |
|                                                                                                                           | 450            |             | 14,1             | 12,2    | 73,2        | 466,0                            |                 |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |                |             |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 150            | -           | 0,8              | 0,2     | 14,7        | -                                | 399             | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 150            |             | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                             |                 |                     |
| Обед                                                                                                                      |                |             |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50             |             | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                             | ТТК № 1,2,3,4,5 |                     |
|                                                                                                                           | 200            |             | 1,9              | 2,3     | 15,7        | 91,1                             | 77              | 2011                |
|                                                                                                                           | 70             |             | 9,0              | 11,6    | 9,1         | 179,6                            | 455             | 2004                |
|                                                                                                                           | 130/5          |             | 4,9              | 4,1     | 31,4        | 186,7                            | 205             | 2011                |
|                                                                                                                           | 180            |             | 0,1              | 0,0     | 25,5        | 101,7                            | 383             | 2011                |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                                                                    | 30             |             | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                             | ТТК №6          |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                            | 30             |             | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                             | ТТК №7          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 695            |             | 21,0             | 18,6    | 113,8       | 711,7                            |                 |                     |
| Полдник                                                                                                                   |                |             |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                                   | 50             |             | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                            | ТТК № 9         |                     |
|                                                                                                                           | 180/10/7       |             | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                             | 393             | 2011                |
|                                                                                                                           | 250            |             | 4,5              | 5,2     | 57,4        | 306,6                            |                 |                     |
|                                                                                                                           |                |             | 40,4             | 36,2    | 259,1       | 1 546,9                          |                 |                     |
|                                                                                                                           | Всего за день: |             |                  |         |             |                                  |                 |                     |

102,1

ЦЕНА