

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

Меню дошкольной группы на 22.09.2011 г. Л.А.Куракина

9 день

Прием пищи, наименование блока	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9	93	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за прием пищи:	452		9,1	12,6	49,7	358,8		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	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 огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9	80	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	-	22,2	25,9	13,6	- 374,8	289	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	25,4	104,9	376	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	
Итого за прием пищи:	640		29,7	28,8	81,8	705,0		
Полдник								
ПРЯНИК	50	-	3,0	2,4	37,5	- 183,0	ТТК № 8	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/2		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,4	47,5	224,7		
Всего за день:			42,8	44,0	193,7	1 351,1		

ЦЕНА 102,1