



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Лето-Весна*

*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 рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                     |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83                                    | 150          | 6,1              | 3,4     | 26,8        | 163                           | ТТК №83       | 2011             |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393  | 150/7/3,5    | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           |                  |
|                                     | БАТОН   | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131                           |               |                  |
|                                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7   | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7             |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>             |   | 365          | 11,2             | 6,4     | 59,5        | 340,7                         |               |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | СУРКУТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №271                                  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 371           | 2011             |
|                                     | <b>Итого за 2 завтрак</b>                                       | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
| <b>Обед</b>                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   | 30           | 0,2              | 0       | 0,8         | 4,2                           |               | 2011             |
|                                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88                      | 150          | 2,3              | 1,9     | 12,1        | 74,2                          | ТТК №88       |                  |
|                                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75   | 120/15       | 7,6              | 10,4    | 11,3        | 177,2                         | ТТК №75       |                  |
|                                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376                                 | 150          | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          | 376           |                  |
|                                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102                           |               |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 45           | 3,3              | 0,3     | 21,9        | 103,4                         |               |                  |
|                                     | <b>Итого за обед</b>  |              | 560              | 16,7    | 13          | 78,9                          | 507,5         |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350 | 130/40       | 10,3             | 18,3    | 43,9        | 344,3                         | ТТК №152, 350 | 2011             |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393  | 150/7/3,5    | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |               |                  |
|                                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467  | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |   | 400          | 16               | 22,3    | 89,5        | 586,6                         |               |                  |
| <b>Всего за День:</b>               |   |              | 44,7             | 42,5    | 246,9       | 1626                          |               |                  |

Повар

*Сорокина*