



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	2,8	2,4	9	81,3	394	2011	
	БАТОН	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		13,6	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	0,2	0	0,8	4,2			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65		
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	48			
	Итого за обед	15,9	14,7	78,2	496,4			
	Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за уплотненный полдник		1,5	0,1	9,7	46			
Итого за уплотненные завтраки	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
		14	17,4	63,3	437,5			
	Всего за день:	44,4	39,7	223	1396,4			

Сорокина

Повар