

15.08

Согласовываю  
 Заведующий *М.В. Зенкина*  
 МОУ *детский сад №50*



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Весна-Лето**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
<b>Неделя 4</b>					131,1	ТТК №85	2011
<b>Вариант 19</b>		180	5,2	4,3	17,5	400	2011
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,0	4,4	8,3	3	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	40/5/15	6,4	8,1	19,5		
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	420	16,6	16,8	45,3	407,7	
<b>Итого за завтрак</b>		200	1,0	0,2	19,6	399	2011
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6		
<b>Итого за 2 завтрак</b>		50	0,4	0,1	1,3	7,0	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	180	2,2	2,0	12,2	ТТК №44	2011
	СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150/50	11,0	9,6	29,2	ТТК №79, 350	2011
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	0,0	0,0	14,0	376	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	670	17,7	12,2	83,4	530,7	
<b>Итого за обед</b>		150/50	24,3	18,8	38,6	ТТК №156, 350	2011
<b>Уплотненный полдник</b>	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	200	5,6	4,9	7,8	401	2011
	КЕФИР	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
	БАТОН	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	500	37,2	30,5	98,9	835,3	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		72,5	59,7	247,2	1 857,1		
<b>Всего за день:</b>							
<b>Повар</b>							

*Р*



15.08



Согласовываю

Заведующий

МОУ

ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ 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
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
<b>Неделя 4</b>							
<b>Вариант 19</b>							
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	0,3	5	68,6	213
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
		375	16,4	13,4	37,5	338,4	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	
	СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
		590	17,1	11,8	78,3	503,6	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№350	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №156, 350
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за Уплотненный полдник		400	21,8	21,9	66,6	598	
Всего за день:			56,2	47,3	200,1	1515,1	

Повар