

1908



Согласовываю

Заведующий

МОУ

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	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		9,4	7,7	45,4	312,6		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,6	2,7	2,3	35,7		ТТК №88
	СУТ С МАКАРОНИИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	2,3	1,9	12,1	74,2		
	ЖАРКОЕ ПО-ДРАЖИНСКОМУ ТТК №7	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		23,5	21,6	60,1	531,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0,1	0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,1	0,1	7,5	35,5		
Итого за Уплотненный полдник		4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	13,7	15,3	69,9	456,7		
		47,6	44,8	193,1	1 376,3		

Ф. вар

19.08



Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 510

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	№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г				Углеводы, г
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак	180	4,3	4,4	15,0	ТТК №107	2011	
		200	3,0	2,5	15,6	394	2011	
		30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	
		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	26,1	21,7	79,5	624,4		
		Итого за обед	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
		500	22,2	19,7	93,8	647,4		
Итого за Уплотненный полдник	59,0	56,0	238,7	1716,3				
Всего за день:								

Повар РК