



Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования								
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
Итого за завтрак								
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Итого за 2 завтрак								
		50	0,4	0,1	1,3	7,0		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	720	23,4	16,0	91,0	612,9		
Итого за обед								
		150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 350	2011
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ							
		467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Итого за Уплотненный полдник								
			61,2	47,0	255,1	1 711,4		
Всего за день:								

Повар _____