



Согласовываю
Заведующий _____
МОУ _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 9								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	БАТОН	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,8	667,6		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351							
	КЕФИР №401	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Повар			83,2	61,3	233,9	1 873,5		