

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад №14



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6		2011
		305/10	4,4	6,7	14,6	141,6		3
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ/ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	
		70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		685	21,2	24,6	93,7	695,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350 КЕФИР №401 БАТОН ПЕЧЕНЬЕ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 350	2011
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за день:		480	39,0	30,3	80,8	772,4		
Повар			71,0	71,3	251,1	1976,6		