



ЕЖЕДНЕВНОЕ 30-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Взросл-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборники рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85		
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011	
		405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
Итого за завтрак		420	16,6	16,8	45,3	407,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	СУП С КРУТОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44 ЗАЛЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0			
		180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44		
		150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		670	17,7	12,2	83,4	530,7			
Полдник	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478								
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
Итого за Полдник		250	3,6	5,3	55,2	283,1			
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№350 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 350	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
		50	3,8	1,5	25,7	131,0			
Итого за Ужин		450	28,2	20,3	74,1	602,8			
2 УЖИН	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		180	72,2	59,2	284,6	2 000,2			

Повар