

Утверждаю



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	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011	
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,7	131			
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011	
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		650	20,6	17,7	84,9	590,8			
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/350	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 350	2011	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4			
		470	30,5	24,5	77,0	668,0			
Всего за день:			76,6	68,3	218,8	1 835,2			

Повар