



Утверждаю

Согласовано
Заведующий



МОН *детский сад № 44*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 16								
Завтрак	КАША КУСЬКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	2,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОРБЕИНЫ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	САТОН	46	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак		385	14,5	19,2	88,5	507,9	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
Обед	КОПРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ. ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,1	ТТК №47	
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	12,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОЗИЦ. СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		500	12,1	16,2	41,6	344,5		
Уплотненный полдник								
Уплотненный полдник	СУСЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	30	6,5	6,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,6	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	9,7	45		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14,9	15,8	66,4	431,7		
Всего за день:			42	42,7	215,9	1375,3		

Повар _____