



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 порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 17								
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,5	8,0	23,7	163,5	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №94	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРСЯЖИМ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7		2011
Итого за завтрак		350	9,8	11,1	48	375,3		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150	1,3	3	5,4	53,6	ТТК №200	
	СЫРКАДЕЛЬЖИ В СОУСЕ (печеная) ТТК №90	50/30	8,3	9,6	15,4	154,2	ТТК №90	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	29,3	166,1	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РИЖАКОВ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		545	15,4	19,3	79,4	529		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/350	130/50	16,3	13,2	27,4	368,8	ТТК №151, 350	2011
	КЕФИР №151	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	23,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			90,2	49,4	219,1	1842,5		

Побар _____