



**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			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 4</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №392	150/15,5	0,1	0	7	39	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,3	0	17,7	7	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365</b>	<b>9,5</b>	<b>7,1</b>	<b>45,2</b>	<b>284,2</b>		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	33	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.Б. ТТК №53	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №53	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65	90/90	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №305	110	4,1	4,4	36,3	156,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №379	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,7	8,5	40,9		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	40		
<b>Итого за обед</b>		<b>550</b>	<b>16,1</b>	<b>14,4</b>	<b>84,1</b>	<b>521,6</b>		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	105,5	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, БАВЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/18	0,1	0	9,8	35,4	392	2011
	БУЛОЧКА ВЕСИШКА №473	50	4	3	29,5	160,9	473	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>400</b>	<b>12,5</b>	<b>14,3</b>	<b>63,1</b>	<b>414,8</b>		
<b>Всего за день</b>			<b>36</b>	<b>36</b>	<b>210,1</b>	<b>1285,7</b>		

Провад \_\_\_\_\_