



Утверждено



Согласовано

Заведующий

МО:

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 2								
Вариант 6								
Завтрак	КАША КОЛДАЯ (молочная) ТТК №93	150	6,1	3,4	25,9	163	ТТК №93	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/70,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОННИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛЕ ТТК №88	150	2,3	1,6	11,1	74,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУДЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,5	45,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОИ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
Итого за обед		560	16,7	13	78,5	567,2		
Уплотненный полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 350	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/70,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	90	4,1	3,9	26,9	167,3	487	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	95,5	586,6		
Всего за день			44,7	42,5	246,5	1525,7		

Повар _____