



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Согласовываю

Заведующий

МОВ

Прием пищи Неделя 4 Вариант 19	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,8	ТТК №85	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	79,9	400	
	СЫРА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79,6		2011
		375	16,4	13,4	37,5	338,4		
2 Завтрак	СОК ЯСЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЧИ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
	СУП С КРУПЮИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
Итого за обед		580	17,1	11,8	78,3	503,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №158/№350	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №158, 350	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
		400	21,8	21,9	66,6	598		
Всего за день:			56,2	47,3	200,1	1815,1		

Повар