



РЕЖИМНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Согласовано
Заведующий
МУ



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

| Прием пищи | Примем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|---------------------|--|---------|-------------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Витамины, г | | | |
| Завтрак | КАША ЖИЛКОВАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ТОРЦИВЯМИ) №7 | 150 | 7 | 3,5 | 29,1 | 175,1 | ТТК №105 | 2011 | |
| | | 160 | 2,4 | 1,9 | 12,2 | 76,1 | 395 | | |
| | | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | | |
| | | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | | |
| | | 355 | 13,6 | 8,1 | 61,9 | 373,7 | | | |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БЕЛОКО) №398 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 398 | 2011 | |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | | |
| Обед | ИЖРА КАЗАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393 ХЛЕБ РЖАНОИ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | | |
| | | 150 | 1,5 | 3 | 7,1 | 62,4 | ТТК №28 | | |
| | | 50 | 6,3 | 8,5 | 15,1 | 144,96 | ТТК №61 | | |
| | | 110 | 2 | 4,3 | 10,8 | 97,7 | 344 | | |
| | | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 393 | | |
| | | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,8 | | | |
| | | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | | |
| | | 555 | 15 | 19,1 | 85,9 | 556,36 | | | |
| | | Итого за обед | | | | | | | |
| | | Уплотненный полдник | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СЫЧЕННИКИ РЫБУШКА С СОУСОМ СИСТАННЫМ ТТК №59/№34 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДИЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ | 40 | 0,4 | 0 | 0,9 | 5,5 | ТТК №59, 354 |
| 100/30 | 7,15 | | | 11,5 | 19,4 | 232,6 | | | |
| 180/10 | 0,1 | | | 0 | 9,6 | 39,4 | 392 | | |
| 20 | 1,5 | | | 2 | 14,9 | 83,4 | | | |
| 400 | 10,65 | | | 13,6 | 55,6 | 412,4 | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 40,05 | 41,6 | 222,4 | 1443,65 | | | | |
| Всего за день: | | | | | | | | | |

Повар _____