



11.11.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

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



Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Суп молочный с крупой (рисовой) ТТК №107 Чай с молоком или сливками №324 Батон	160	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	2011
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	384	
		40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	312,6		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	Икра кабачковая консервированная Суп с макаронными изделиями на м/с ТТК №88 Жаркое по-домашнему ТТК №7 Компот из сушеных фруктов №376 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		520	23,5	21,6	60,1	531,9		
Уплотненный полдник	Котлеты рубленые из птицы ТТК №62 Пюре картофельное №321 Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392 Хлеб пшеничный Булочка ванильная №467	50	6,1	8	8,1	108,6	ТТК №62	2011
		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		15	1,1	0,1	7,5	35,5		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник		415	13,7	15,3	89,9	456,7	2011	
Всего за день:			47,5	44,8	193,1	1 376,3		

Повар \_\_\_\_\_