



14.11.2011

РЕЖИМНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Согласовано
Заведующий
МОУ
№ 386

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106			
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011	
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
		СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
Итого за завтрак		365	9,5	7,1	45,2	284,2				
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	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1				
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
		ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65		
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011	
		КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		Итого за обед		560	16,1	14,4	84,1	521,5		
		Уплотнительный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
				ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,6	321
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10			0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Уплотнительный полдник		50	4	3	29,6	160,9	473	2011		
Всего за день:		400	12,5	14,3	63,1	414,8				

Повар _____