

Меню на 18.12.2024 г. (1-3 года)



Утверждаю
заведующий Ткаченко О.В.

| 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 | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104 | 150 | | | | | ТТК №104 | |
| | КАКАО С МОЛОКОМ №397 | 150 | | | | | 397 | 2011 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 | 45 | | | | | 213 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 365 | 16,5 | 12,7 | 46,3 | 364,9 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ №368, №371 | 200 | | | | | 368, 371 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | | | | | | |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 | 150/10 | | | | | ТТК №47 | |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 | 150 | | | | | ТТК №7 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 180/10/7 | | | | | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | | | | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | | |
| Итого за обед | | 587 | 23,6 | 21,7 | 54,9 | 519,4 | | |
| Уплотненный полдник | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 | 50/30 | | | | | ТТК №65 | |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 | 110 | | | | | 205 | 2011 |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 | 180 | | | | | 398 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 13,5 | 12,6 | 74,2 | 467,2 | | |
| Всего за день: | | | 54,4 | 47,8 | 194,4 | 1442,7 | | |