

Примерное 20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования 19.12.24

9 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					Сборник рецептур или ТТК
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	50					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>16,3</b>	<b>10,2</b>	<b>61,8</b>	<b>402,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10					Сборник рецептур или ТТК
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>13,5</b>	<b>19,5</b>	<b>62,3</b>	<b>527,7</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	130/50					Сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>25,4</b>	<b>20,6</b>	<b>65,4</b>	<b>625,4</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>56,1</b>	<b>50,5</b>	<b>207,2</b>	<b>1630,6</b>	



Исполнитель  
Руководитель К.В. Тюрина  
М.П.

Руководитель  
М.П.  
Заказчик