

Примерное 20-ти дневное меню

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

25.12.24

13 Вариант

Применение 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
ЧАЙ С МОЛЖОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					
<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>	Сборник рецептур или ТТК
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					Сборник рецептур или ТТК
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>	Сборник рецептур или ТТК
<b>Уплотненный полдник</b>						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>14</b>	<b>17,4</b>	<b>63,3</b>	<b>437,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>44,4</b>	<b>39,7</b>	<b>223</b>	<b>1396,4</b>	



Исполнитель  
Руководитель

К.В. Тюрина



Руководитель

М.П.