



27.11.24

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Сотласовичаю  
Заведующий  
МОУ



Примен пищи Надлежа 2 Вариант 9	Примен пищи, наименование бююра	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖУДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №100	150	4,3	3,7	7	78,6	400		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак	СЫР (ПОСЛИНЬИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
		355	16,3	10,2	61,8	402,4			
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68		
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	150	0,1	0	21,1	94,8	383		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	1,7	81,6			
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	527,7			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОВОСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№251	130/50	16,2	12,3	29,5	365,8	ТТК №151, 351	2011	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	457	2011	
		410	25,4	20,6	65,4	625,4			
Всего за день:			58,1	50,5	207,2	1830,8			

Повар \_\_\_\_\_