



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ _____
Дирекция СВД № 390
Детский сад № 390
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 390»

Прием пищи	Надлежа 3 Вариант 11	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107 КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7 БАТОН	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
			150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
			5	1,2	1,5	0	17,7	7	
			45	3,4	1,3	23,1	117,9		
			350	10,4	8,5	46,8	307,7		
Итого за завтрак			200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрака			200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87 МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
			150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
			150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
			150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
			20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед			520	20,1	10,3	80,2	515,7		2011
Уплотненный полдник		ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54 КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №21/№354 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
			50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	
			110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
			180/107	0,2	0	10	41,7	393	
			20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник			50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за день:			487	15	18	79,7	518,5		2011
				46,3	37,6	225,7	1433,1		

Повар _____