



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 | 150 | 7 | 3,5 | 29,1 | 175,1 | ТТК №105 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| Итого за завтрак | | 350 | 15,1 | 8,7 | 61,8 | 384,7 | | |
| 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 НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 | 150/10 | 1,5 | 5 | 7,5 | 91,2 | ТТК №28 | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 | 130/5 | 8,9 | 12,2 | 14,2 | 241,8 | ТТК №68 | |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, БАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | |
| Итого за обед | | 515 | 13,5 | 19,5 | 62,3 | 528,9 | | |
| Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 | 130/50 | 16,2 | 12,3 | 29,5 | 365,6 | ТТК №151, 477 | 2011 |
| | СНЕЖОК №401 | 180 | 5,1 | 4,4 | 7 | 92,5 | 401 | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 410 | 25,4 | 20,6 | 65,4 | 625,4 | | |
| Всего за день: | | | 54,9 | 49 | 207,2 | 1614,1 | | |

Повар _____