

УТВЕРЖДАЮ:
Директор



СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР



10-ти дневное меню
для обеспечения бесплатным питанием
детей дошкольного возраста 3-7 лет

"Утверждаю"

Директор

Согласовано

Директор

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

1 день

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0	168	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180		2,8	2,2	15,2	92,1	395	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	430		13,4	17,9	68,6	503,8		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011
Итого за прием пищи:	100		0,4	0,4	9,5	45,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6	67	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70		11,5	11,6	11,5	197,7	305	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150		8,4	6,3	38,3	248,8	165	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ №699	180		0,1	0,0	21,4	87,8	699	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	710		26,2	22,5	107,1	744,6		
Полдник								
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
Итого за прием пищи:	250		5,3	5,0	55,4	290,2		
Всего за день:			45,3	45,8	240,6	1 584,2		

"Утверждаю "

Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано _____

Директор _____

2 день

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9	93	2011
	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	447		10,3	11,8	44,1	330,9		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
	200		1,9	2,3	15,7	91,1	77	2011
	150		22,2	25,9	13,6	374,8	289	2011
	180		0,1	0,0	25,5	101,7	383	2011
	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
	640		29,3	28,8	87,0	720,6		
Полдник								
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,7	0,3	20,2	98,1	398	2011
	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
	250		4,5	5,2	57,4	306,6		
Итого за прием пищи:			44,9	46,0	203,2	1 420,7		
Всего за день:								

"Утверждаю "

Директор _____

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор _____

3 день

Прием пищи, наименование блюда

Завтрак

КАША вязкая молочная рисовая №174

МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6

ЧАЙ с ЛИМОНОМ №393

ХЛЕБ пшеничный

Итого за прием пищи:

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399

Итого за прием пищи:

Обед

Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82

РЫБА, тушеная с ОВОЩАМИ №247

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125

КОМПОТ из СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376

ХЛЕБ пшеничный

ХЛЕБ ржаной

Итого за прием пищи:

Полдник

КОМПОТ из СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372

ПРЯНИК

Итого за прием пищи:

Всего за день:

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5	174	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	442		8,9	13,6	70,7	455,5		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4	82	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0	247	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6	125	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	690		19,1	9,2	85,0	507,4		
Полдник								
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6	372	2011
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8	
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,6	60,7	278,6		
Всего за день:			32,0	25,6	231,1	1 304,1		



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор

"Утверждаю "

Директор

4 день

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецен-туры	Сборник рецентур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8	185	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	440		11,3	9,2	61,2	377,4		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(ЯБЛОКО)	100		0,9	0,2	7,9	41,7	371	2011
Итого за прием пищи:	100		0,9	0,2	7,9	41,7		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5	57	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70		9,1	10,3	8,4	166,0	287	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30		0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7	205	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,1	0,0	21,4	87,8	699	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	725		20,7	20,4	101,9	686,2		
Полдник								
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4	376	2011
Итого за прием пищи:	250		1,9	1,8	67,0	293,4		
Всего за день:			34,8	31,6	238,0	1 398,7		



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор

"Утверждаю"

Директор

5 день

5 день

ОГРН 1050000000000

ИНН 3450070000

ОГРНИП 1050000000000

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ООО "А" (ОАО "А")

Итого за день: 1 481,4

Принимать пищу, наименование блюда

Масса порции

Цена порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецеп-туры

Сборник рецептур

Завтрак

II Завтрак

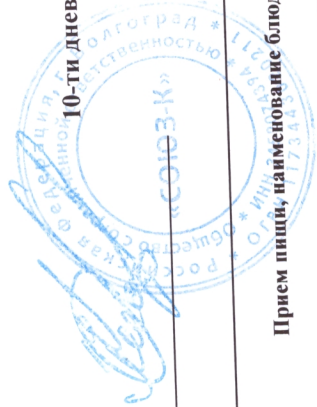
Обед

Полдник

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9	93	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за прием пищи:	447		10,3	11,8	44,1	330,9		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200		1,5	3,0	8,8	71,7	135	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3	304	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	640		32,1	30,9	91,9	781,3		
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,7	0,3	20,2	98,1	398	
Итого за прием пищи:	250		4,5	5,2	57,4	306,6		
Всего за день:			47,7	48,1	208,1	1 481,4		

"Утверждаю "

Директор _____



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор _____

6 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША вязкая молочная (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0	168
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6
ЧАЙ с ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	442		10,7	12,0	63,3	416,0	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6	67
РЫБА, тушенная с ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0	247
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6	125
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8	376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	690		18,3	11,0	76,0	484,6	
Полдник							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6	372
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,6	60,7	278,6	
Всего за день:			33,0	25,8	214,7	1 241,8	

"Утверждаю "

Директор



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор

7 день

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5	174	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	450		12,7	20,6	77,5	564,4		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100		1,5	0,5	21,0	96,0	368	2011
Итого за прием пищи:	100		1,5	0,5	21,0	96,0		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4	82	2011
ПТИЦА, тушенная в соусе с ОВОЩАМИ №302	150		12,5	11,5	15,1	216,6	302	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180		0,1	0,0	21,4	87,8	699	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	640		20,0	14,3	85,0	552,4		
Полдник								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4	376	2011
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
Итого за прием пищи:	250		1,9	1,8	67,0	293,4		
Всего за день:			36,1	37,2	250,5	1 506,2		

"Утверждаю "

Директор _____



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано

Директор _____

8 день

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША вязкая молочная из риса и пшеницы №175	200		5,8	6,7	36,7	236,3	175	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3	7	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200		3,1	2,4	17,0	102,5	395	2011
ХЛЕБ пшеничный	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	450		14,1	12,2	73,2	466,0		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1	77	2011
КОТЛЕТА рубленая с белокочанной капустой (говядина) №455	70		9,0	11,6	9,1	179,6	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5		4,9	4,1	31,4	186,7	205	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180		0,1	0,0	25,5	101,7	383	2011
ХЛЕБ пшеничный	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ ржаной	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	695		21,0	18,6	113,8	711,7		
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,7	0,3	20,2	98,1	398	2011
Итого за прием пищи:	250		4,5	5,2	57,4	306,6		
Всего за день:			40,4	36,2	259,1	1 546,9		

"Утверждаю "

Директор

Согласовано

Директор

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2		5,8	5,1	19,7	149,9	93	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за прием пищи:	452		9,1	12,6	49,7	358,8		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (пшено) №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9	80	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8	289	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	25,4	104,9	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	640		29,7	28,8	81,8	705,0		
Полдник								
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,4	47,5	224,7		
Всего за день:			42,8	44,0	193,7	1 351,1		

Директор:

Согласовано

Директор

10 день

Прием пищи, наименование блюда

Завтрак

58109 (KANNAM) BANHOL OM BAJIKL V III 21

МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6

ЧАЙ С МОЛОКОМ №394

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Итого за прием пищи:

III Завтрак

СОК ВЯЛОЧНЫЙ №399

Итого за прием пищи:

Обед

Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый или свекла отварная)

ГОДИН С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57

ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ №304

НАПЯТОК ШИМОННЫЙ №699

УТВЕРЖДЕННЫЙ

ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за прием пищи:

Полдник

КОМПОЗИЦИОННЫХ ФРУКТОВ №376

ВАФЛИ

Итого за прием пищи:

Всего за день:

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		6,1	2,9	31,0	173,8	185	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200		3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	455		12,3	12,9	66,8	440,6		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5	57	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3	304	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ №699	180		0,1	0,0	21,4	87,8	699	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	640		32,1	31,9	89,0	778,2		
Полдник								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200		0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
Итого за прием пищи:	250		1,4	1,7	54,2	238,9		
Всего за день:			46,6	46,7	224,7	1 520,3		

"Утверждаю "

Директор _____

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

	б	ж	уг	ккал
Итого	403,6	457,0	2 263,7	14 355,4
Итого за период	40,4	45,7	226,4	1435,5
Среднее значение за период				

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано _____

Директор _____

М.В. Врублева