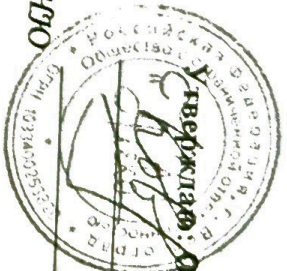




ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

| Принем пищи | Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак Вариант 19 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНИНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85 | 150 | 4,3 | 3,8 | 14,8 | 112,8 | ТТК №85 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79,5 | 400 | |
| | СЛИВА ВАРЕНЫЕ №213 | 64 | 5,5 | 5 | 0,3 | 88,5 | 213 | |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79,5 | | |
| | Итого за завтрак | | 375 | 16,4 | 13,4 | 37,5 | 388,4 | |
| 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 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | 2011 |
| | СУП С КРУПЮН НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44 | 150 | 1,8 | 1,8 | 10,1 | 64,2 | ТТК №44 | |
| | ЗАПЕЧЕНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350 | 150/50 | 11,0 | 9,6 | 29,2 | 283,1 | ТТК №79, 350 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,5 | | |
| Итого за обед | | 570 | 15,6 | 11,8 | 88,4 | 469,3 | | |
| Уплотненный полдник | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477 | 130/40 | 12,9 | 16 | 33,9 | 374,5 | ТТК №156, 477 | 2011 |
| | ОМЕЖИ №401 | 180 | 5,1 | 4,4 | 7 | 92,5 | 401 | |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 137 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 21,8 | 21,9 | 66,6 | 598 | | |
| Всего за день: | | | 54,7 | 47,3 | 190,2 | 1470,8 | | |

Повар _____