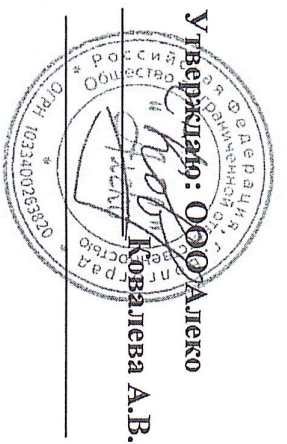




ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ГОРЦИЯМИ) №7	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
		45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	
		350	11,3	8,7	47	313,4		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛОНЕ ТТК №44 Плов из пшеницы ТТК №67 Кисель из повидла, джема, варенья №383 Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
		150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		500	16,2	20,7	88,5	564,8		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ Булочка вешушка №473	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		110	2	4,3	10,8	97,7	344	
		180/107	0,2	0	10	41,7	393	
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		50	4	3	29,6	160,9	473	
Итого за Уплотненный полдник		427	14	15,9	72,7	500,86		
Всего за день:			42,3	46,1	227,2	1470,26		

Повар _____