

Заведующий отделом документов - 284
Д.П. Прохорова

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №105	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №105	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУПНОЙ НАКУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОС ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	499,1		ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ГОВИДИЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,5	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	5,0	21,2	102,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за Полдник	250	7,0	5,5	45,2	258,2		
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОНКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
	Итого за Ужин	452	17,3	21,3	53,5	493,7		
2 Ужин	ХЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за день:			80,9	81,5	275,7	2192,4		

Повар _____