



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	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
Итого за завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	637	12,7	13,7	63,6	440,5		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	60	0,7	0,0	1,4	8,1		
Итого за обед	ГЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСУШКА №473	730	24,7	21,2	99,3	701,6		
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Ужин		250	4,1	3,0	58,0	274,9		
	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	
Итого за Ужин	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
2 Ужин	КЕФИР №401	442	17,8	16,8	63,1	481,9		
Итого за 2 Ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Ответственное лицо			65,4	59,3	310,6	2 074,8		