



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			
Неделя 4 День 17	Завтрак							
		180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
	Итого за завтрак	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
2 Завтрак		30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
	Итого за 2 завтрак	405	9,8	16,2	57,0	425,4		
Обед		200	1,0	0,2	19,8	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	Итого за обед	400	2,0	0,4	39,4	166,8		
Полдник		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
	Итого за полдник	230	2,1	6,7	11,6	120,7		
Ужин		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	Итого за ужин	310	5,0	4,4	56,8	291,0		
Итого за день		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
		190/10	3,8	4,9	37,2	208,5		
	Итого за полдник	250	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Ужин		150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	Итого за ужин	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
2 Ужин		452	31,7	22,6	63,2	599,3		
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		72,7	72,9	287,5	2 145,1			
	Ответственное лицо							