



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-тур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7.3	4.2	31.4	191.3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	393	2011
	БАТОН	30	2.3	0.9	15.4	78.6		
	СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	10	2.3	3.0	0.0	36.4	7	2011
Итого за завтрак		417	12.1	8.1	56.8	348.0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.4	0.1	0.9	6.5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2.7	2.1	14.5	89.2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13.2	13.1	13.4	234.4	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0.0	0.0	15.5	61.9	376	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.3	0.4	21.2	102.0		
	Итого за обед	720	3.8	0.3	25.1	118.4		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4.1	3.9	28.9	167.3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0.1	0.0	9.8	39.4	392	2011
Итого за Полдник	Итого за Полдник	250	4.2	3.9	38.7	206.7		
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С	150/60	19.3	18.7	40.4	413.6	ТТК №152, 477	
	ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	393	2011
Итого за Ужин	Итого за Ужин	45	3.3	0.3	21.9	103.4		
	Итого за Ужин	452	22.8	19.0	72.3	558.7		
2 Ужин	КЕФИР №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		
Всего за день:			68.4	52.2	284.4	1909.5		
Ответственное лицо								