



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет



Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
6 день								
Завтрак								
ВАННА ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185		200	6,1	2,9	31,0	173,8	185	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6		5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395		180	3,0	2,5	15,5	95,6	395	2011
БАТОН №5		30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №5	
Итого за прием пищи:		415	11,4	9,9	61,9	385,4		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399		150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)		50	0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67		200	2,5	5,0	8,2	81,6	67	2011
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390		80	10,3	5,6	5,2	105,7	390	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125		130	3,5	4,5	22,9	132,3	125	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:		700	21,4	15,7	82,5	529,0		
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ		50	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
ЧАЙ С САХАРОМ №392		190	0,1	0,0	14,3	57,0	392	2011
Итого за прием пищи:		240	3,9	4,9	51,5	265,5		
Всего за день:			37,5	30,7	210,6	1 242,5		