Утверждаю "__"
Директор _____

Согласовано
Директор _____
Т.Ф. Кротова

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8	185	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	**440**	**11,3**	**9,2**	**61,2**	**377,4**		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011
Итого за прием пищи:	**100**	**0,9**	**0,2**	**7,9**	**41,7**		
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	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5	57	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70	9,1	10,3	8,4	166,0	287	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7	205	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:	**725**	**20,7**	**20,4**	**101,9**	**686,2**		
Полдник							
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,5	0,1	28,3	116,4	376	2011
Итого за прием пищи:	**250**	**1,9**	**1,8**	**67,0**	**293,4**		
Всего за день:		**34,8**	**31,6**	**238,0**	**1 398,7**		

Повар: _____ / Максудинова Х.А /