



Согласовываю
Заведующий *С.А. Пртаева*
МОУ *детский сад № 345*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (молочная) ТТК №03	150	6,1	3,4	28,8	183	ТТК №83	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7,1	78,6	400	2011
	ХЛЕЦ ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,5	10,3	52,4		
Итого за завтрак			17,4	12,7	44,4	362,6		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	БЛЮДКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед								
Итого за обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,56	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	181,4	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ГОВИДИЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		520	15,2	21,5	79,2	584,56		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156/№351	130/40	12,8	15,4	35,4	374,8	ТТК №156, 351	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	52,5	401	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	84,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник			22,5	22	77,4	645,2		
Всего за день:			55,8	56,7	232,9	1709,76		

Повар _____