



Согласовано
 Заведующий
 МОУ д/ш № 13 с/п.п. № 5345

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №354	160	2,6	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №359	180	0,9	0,2	17,7	75,1	359	2011	
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	СУПЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №83	150	2,3	1,6	12,1	74,2	ТТК №80		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (повидная) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	88,6	336		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №375	150	0	0	11,6	48,5	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед	590	15,9	14,7	78,2	496,4			
	Уплотнительный полдник	СУПЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
		КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	106,9	151	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		100/10	0,1	0	9,8	39,4	392		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за Уплотнительный полдник	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
		430	14	17,4	63,3	437,5			
Всего за день:			44,4	39,7	223	1398,4			

Повар _____