



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394		2011
		30	2,3	0,0	15,4	78,6			
	Итого за завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ. СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		399	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КВ ТТК №88 ПИЦЦА. ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
		180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88		
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376		2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
		670	23,9	16,4	88,4	599,9			
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	50	3,8	4,9	37,2	208,5			
		200	3,1	2,4	17,0	103,1	395		2011
		250	6,9	7,3	54,2	311,6			
Ужин	КОЛЕТЫ. БИТОЧКИ. ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ. ДЖЕМОМ. МЕДОМ. ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
		150	8,1	5,6	36,9	234,4	166		2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за Ужин	450	22,1	21,0	72,8	579,3			
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:		80,6	76,1	279,8	2 151,3			

Повар