



23.12.2024 г
 ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Согласовываю
 Заведующий МОУ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЦЕНТРОМ №362 Дзержинского района Нижегородской области
 МОУ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЦЕНТРОМ №362 Дзержинского района Нижегородской области
 564

Прием пищи Неделя 3 Вариант 11	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		
	СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		
Итого за завтрак	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		2011	
Итого за завтрак		380	10,4	8,5	46,8	397,7			
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ПОМИДОРЫ СОПЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	МАКРОНИИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		520	20,1	10,3	80,2	515,7			
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011	
	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№54	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	79,7	518,5			
Всего за день:			46,3	37,6	225,7	1433,1			

Повар *[Signature]*

ООО «Алекс»
 ИНН 3443054280
 МДОУ Детский сад № 362
 ДЗР 6-й 30-летие Тарзун ен