

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

**Меню для питания детей возрастной категории от 3-х до 7-ми лет в муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждениях  
Кавалеровского муниципального района Приморского края**

**1 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
<b>Завтрак</b>																					
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	7,1	8,0	33,9	236,4	0,1	0,5	0,1	0,1	0,1	0,2	120,0	32,6	163,1	1,6	233,6	8,8	0,0	0,0
2016	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	4,6	7,3	14,6	143,4	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	0,0	88,6	3,5	51,0	0,1	9,6	0,0	0,0	0,0
2012	ТТК № 303	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2	0,0	10,2	42,7	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	6,2	8,4	0,8	33,3	0,0	0,0	0,0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>12,0</b>	<b>15,3</b>	<b>58,7</b>	<b>422,5</b>	<b>0,1</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>222,6</b>	<b>42,3</b>	<b>222,4</b>	<b>2,5</b>	<b>276,4</b>	<b>8,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>II Завтрак</b>																					
2012	368	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	6,0	0,0	1,0	0,0	0,0	21,6	10,8	14,9	3,0	417,0	3,0	0,0	0,0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>	<b>68,4</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>21,6</b>	<b>10,8</b>	<b>14,9</b>	<b>3,0</b>	<b>417,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Обед</b>																					
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1,6	3,1	1,6	40,2	0,0	3,6	0,0	1,4	0,0	0,0	13,8	7,8	16,8	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
2012	ТТК № 67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	180	3,7	7,7	7,3	115,7	0,1	9,8	0,2	1,0	0,0	0,1	37,5	20,3	55,6	1,0	301,8	4,7	0,0	0,0
2012	277	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	12,1	12,3	2,8	170,1	0,0	0,5	0,3	0,5	0,0	0,1	14,6	17,3	109,4	1,6	252,2	5,6	0,0	0,0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,4	4,0	21,7	136,6	0,0	0,0	0,0	0,8	0,1	0,0	17,0	5,6	27,3	0,7	40,1	0,5	0,0	0,0
2008	ТТК № 402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	10,5	41,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,9	1,7	0,0	0,0	0,9	0,0	0,0	0,0
2021	ТТК №1/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	1,1	21,3	110,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,7</b>	<b>28,1</b>	<b>65,1</b>	<b>614,4</b>	<b>0,2</b>	<b>14,0</b>	<b>0,5</b>	<b>3,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>90,8</b>	<b>52,6</b>	<b>209,1</b>	<b>3,7</b>	<b>594,9</b>	<b>10,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>
<b>Полдник</b>																					
2012	477	БУЛОЧКА АЛТАЙСКАЯ	70	6,1	3,6	37,4	205,9	0,1	0,1	0,1	1,2	0,0	0,0	15,0	10,7	52,1	0,6	86,9	1,4	0,0	0,0
2012	ТТК № 383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	24,0	96,4	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	12,7	3,3	5,4	0,2	32,4	0,0	0,0	0,0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>6,2</b>	<b>3,6</b>	<b>61,4</b>	<b>302,3</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>27,7</b>	<b>14,0</b>	<b>57,6</b>	<b>0,9</b>	<b>119,3</b>	<b>1,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>43,4</b>	<b>47,5</b>	<b>199,5</b>	<b>1 407,5</b>	<b>0,4</b>	<b>21,6</b>	<b>0,7</b>	<b>6,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>362,6</b>	<b>119,7</b>	<b>503,8</b>	<b>10,0</b>	<b>1 407,6</b>	<b>23,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>

Меню для детей от 1,5-ра до 3-х лет в дошкольных образовательных учреждениях Кавалеровского муниципального района Приморского края

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																						
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	5,3	6,0	25,4	177,1	0,1	0,4	0,0	0,1	0,1	0,1	90,0	24,5	122,3	1,2	175,2	6,6	0,0	0,0	
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	3,1	4,9	9,8	95,5	0,0	0,1	0,0	0,1	0,1	0,0	59,4	2,4	34,1	0,1	6,4	0,0	0,0	0,0	
2012	ТТК № 383	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2	0,0	9,3	38,6	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	13,0	5,9	8,3	0,8	32,4	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				8,7	10,9	44,4	311,2	0,1	1,1	0,1	0,2	0,1	0,1	162,4	32,7	164,6	2,1	214,0	6,6	0,0	0,0	22,2
<b>II Завтрак</b>																						
2012	368	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	0,0	4,0	0,0	0,6	0,0	0,0	14,4	7,2	9,9	2,0	278,0	2,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,5	45,6	0,0	4,0	0,0	0,6	0,0	0,0	14,4	7,2	9,9	2,0	278,0	2,0	0,0	0,0	3,3
<b>Обед</b>																						
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1,1	2,1	1,1	26,9	0,0	2,4	0,0	0,9	0,0	0,0	9,3	5,2	11,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
2012	ТТК № 67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	150	3,3	6,9	6,5	104,2	0,1	8,8	0,2	0,9	0,0	0,1	33,7	18,2	50,0	0,9	271,6	4,2	0,0	0,0	
2012	277	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	9,1	9,2	2,2	127,6	0,0	0,4	0,2	0,4	0,0	0,1	11,0	13,0	82,0	1,2	189,2	4,2	0,0	0,0	
2012	ТТК № 205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,8	3,3	24,0	140,1	0,1	0,0	0,0	0,8	0,1	0,0	15,0	5,8	29,4	0,7	43,9	0,5	0,0	0,0	
2008	ТТК № 402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	7,0	27,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,8	1,7	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	
2021	ТТК №1/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,4	8,5	44,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				18,8	21,8	49,2	470,7	0,2	11,7	0,4	3,0	0,1	0,1	76,8	44,0	172,7	3,1	505,5	8,9	0,1	0,0	33,6
<b>Полдник</b>																						
2012	477	БУЛОЧКА АЛТАЙСКАЯ	50	4,4	2,6	26,7	147,2	0,1	0,1	0,1	0,9	0,0	0,0	10,7	7,7	37,2	0,5	62,0	1,0	0,0	0,0	
2012	ТТК № 383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,1	0,0	21,6	86,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,4	3,0	4,9	0,2	29,2	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				4,5	2,6	48,3	233,9	0,1	0,1	0,1	0,9	0,0	0,0	22,1	10,6	42,1	0,7	91,2	1,0	0,0	0,0	16,7
Всего за день:				32,3	35,6	151,4	1061,5	0,4	16,9	0,6	4,7	0,2	0,3	275,6	94,6	389,3	7,8	1088,7	18,5	0,1	0,0	