

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

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

11 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	
Завтрак																						
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	4,3	6,0	21,5	157,2	0,0	0,4	0,0	0,7	0,1	0,1	83,6	12,4	71,2	0,3	137,5	6,6	0,0	0,0	
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	1,8	6,4	11,0	108,3	0,0	0,0	0,1	0,2	0,1	0,0	0,9	0,0	1,4	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	
2012	ТТК № 392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,0	12,0	48,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,6	5,0	6,7	0,7	23,2	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				6,3	12,4	44,5	314,1	0,0	0,4	0,1	0,9	0,2	0,1	95,0	17,4	79,3	1,0	161,8	6,6	0,0	0,0	22,4
II Завтрак																						
2012	368	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,5	11,4	54,7	0,0	4,8	0,0	0,8	0,0	0,0	17,3	8,6	11,9	2,4	333,6	2,4	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				0,5	0,5	11,4	54,7	0,0	4,8	0,0	0,8	0,0	0,0	17,3	8,6	11,9	2,4	333,6	2,4	0,0	0,0	3,9
Обед																						
2012	ТТК № 41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С МАСЛОМ	30	0,5	2,0	2,6	30,5	0,0	0,8	0,8	1,1	0,0	0,0	17,6	13,1	19,1	0,3	76,8	1,9	0,0	0,0	
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	3,6	9,5	5,2	123,9	0,1	6,3	0,2	1,6	0,0	0,0	32,7	17,3	50,7	0,7	294,9	4,1	0,0	0,0	
2008	261	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ	50	11,3	7,4	3,1	137,3	0,1	8,2	3,9	2,7	0,0	1,0	10,1	10,1	162,6	3,5	175,2	4,0	0,1	0,0	
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,6	185,3	0,2	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	13,6	100,3	149,6	3,4	0,0	0,0	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	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	3,6	3,8	17,4	0,8	27,2	1,1	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				23,0	24,1	54,9	545,7	0,4	15,3	4,8	6,2	0,0	1,0	85,4	146,4	399,4	8,8	574,9	11,1	0,2	0,0	39,0
Полдник																						
2012	471	БУЛОЧКА ОКТЯБРЕНОК	30	3,2	1,9	17,8	100,4	0,0	0,1	0,0	0,3	0,0	0,1	41,9	7,8	47,2	0,2	77,7	2,4	0,0	0,0	
2012	ТТК №382	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,3	0,1	21,6	88,5	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	11,9	3,2	9,6	0,7	66,8	0,5	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				3,7	1,9	46,6	219,1	0,1	4,4	0,1	0,3	0,0	0,1	50,0	27,2	71,5	0,6	351,3	2,4	0,0	0,0	15,7
Всего за день:				33,4	38,8	167,4	1 133,6	0,6	24,9	5,0	8,1	0,2	1,3	247,7	199,6	562,1	12,7	1 421,5	22,5	0,2	0,0	

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**

11 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
Завтрак																					
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,8	8,0	28,7	209,1	0,1	0,5	0,1	0,9	0,1	0,1	111,4	16,6	94,9	0,4	183,2	8,8	0,0	0,0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,3	8,5	14,7	144,4	0,0	0,0	0,1	0,2	0,2	0,0	1,2	0,0	1,9	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0
2012	ТТК № 392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	12,0	48,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,6	5,0	6,7	0,7	23,2	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				8,3	16,5	55,4	402,1	0,1	0,6	0,1	1,1	0,3	0,2	123,2	21,5	103,5	1,1	207,9	8,8	0,0	0,0
II Завтрак																					
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
Итого за прием пищи:				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
Обед																					
2012	ТТК № 41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С МАСЛОМ	50	0,6	2,5	3,2	38,1	0,0	1,0	1,0	1,4	0,0	0,0	22,0	16,4	23,8	0,4	96,0	2,4	0,0	0,0
2012	71	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4,0	10,6	5,8	137,8	0,1	7,0	0,2	1,8	0,0	0,1	36,3	19,2	56,3	0,8	327,8	4,6	0,0	0,0
2008	261	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ	70	13,1	8,6	4,0	161,2	0,2	9,4	4,5	3,1	0,0	1,1	13,1	11,9	187,4	4,1	200,3	4,5	0,1	0,0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6,0	33,8	219,0	0,2	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	16,1	118,5	176,8	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2008	ТТК № 402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	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	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,0	0,3	12,7	61,2	0,1	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0	5,4	5,7	26,1	1,2	40,8	1,7	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				27,0	28,0	66,4	645,1	0,5	17,4	5,6	7,4	0,0	1,2	100,7	173,4	470,4	10,5	665,8	13,2	0,2	0,0
Полдник																					
2012	471	БУЛОЧКА ОКТЯБРЕНОК	50	5,3	3,1	29,5	166,7	0,1	0,1	0,0	0,5	0,0	0,1	69,5	12,9	78,5	0,4	129,0	4,0	0,0	0,0
2012	ТТК №382	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,3	0,1	24,2	98,4	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	13,3	3,5	10,7	0,8	74,3	0,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				5,9	3,1	61,5	298,6	0,1	4,9	0,1	0,5	0,0	0,2	78,5	34,5	105,5	0,7	433,0	4,0	0,0	0,0
Всего за день:				41,7	48,1	197,6	1 414,2	0,7	28,8	5,9	9,9	0,3	1,6	324,0	240,2	694,2	15,3	1 723,6	28,9	0,2	0,0

22,3

3,8

35,8

16,6