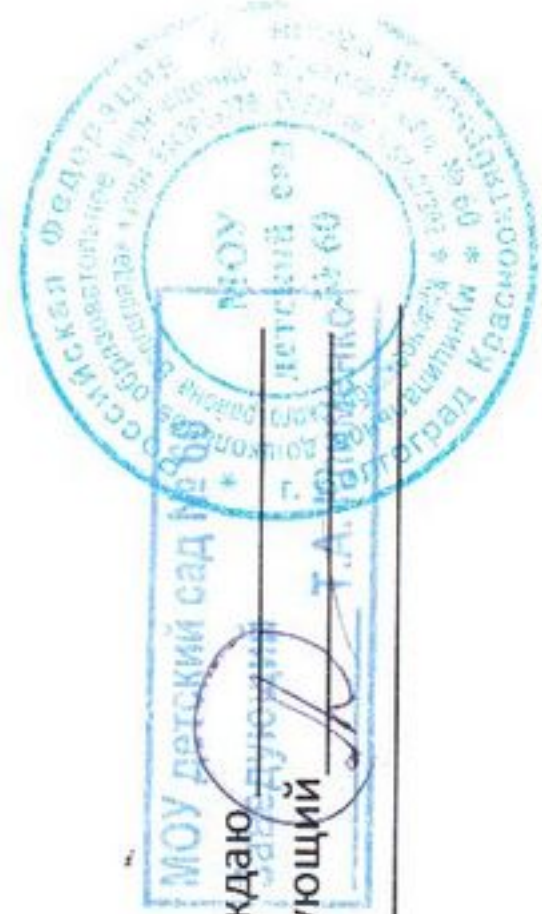




ИП Стрельников А.В.  
 Руководитель  
 Т.А. Стрельникова



Утверждаю  
 Заведующий  
 МОУ

## ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с солеными овощами)

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

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г				
<b>Завтрак</b>							
КАША ЖИДКАЯ (манная) №185	160	6,6	3,7	28,5	173,3	0,7	185
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	0,5	397
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	0,0	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>12,1</b>	<b>13,7</b>	<b>56,0</b>	<b>403,8</b>	<b>1,2</b>	
<b>II Завтрак</b>							
ФРУКТЫ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	20,0	2011
<b>ИТОГО ЗА 2-й ЗАВТРАК</b>		<b>3,0</b>	<b>1,0</b>	<b>42,0</b>	<b>192,0</b>	<b>20,0</b>	
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0,0	0,7	5,2	2,0	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150	1,2	2,9	7,6	62,0	5,1	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282	70/5	11,6	15,5	11,3	239,0	0,1	282
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	80/5	4,2	4,6	19,1	139,1	0,2	166
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	10	0,2	0,4	0,6	7,6	0,0	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	1,2	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,0	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>18,9</b>	<b>23,7</b>	<b>65,2</b>	<b>565,5</b>	<b>8,6</b>	
<b>Полдник</b>							
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268	70/5	11,8	9,5	2,9	152,6	0,1	268
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	120	2,2	4,8	11,9	106,7	9,4	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	1,1	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	34,4	0,0	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>15,3</b>	<b>14,4</b>	<b>32,1</b>	<b>335,4</b>	<b>10,6</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>49,3</b>	<b>52,8</b>	<b>195,3</b>	<b>1 496,7</b>	<b>40,4</b>	

Повар \_\_\_\_\_