



**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 3-11 ЛЕТ  
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

5 день 1 недели



СОГЛАСОВАНО  
*Л.В.В.В.В.*  
2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ОГУРЦЫ/	60	0,5	0,1	1,0	7,8	70	2017
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,4	5,7	28,6	178,0	133	2008
ГРУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	11,8	12,7	18,6	211,5	260	2017
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	180	0,1	0,1	10,2	43,5	342,1	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ПП	2023
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>17,3</b>	<b>18,7</b>	<b>68,4</b>	<b>488,2</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	3,1	5,7	54,0	ТТК 2	2022
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/50	200	7,1	8,7	6,1	230,1	99	2017
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ И СЫРОМ	150	9,1	10,9	43,1	239,1	ТТК 74	2023
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/	200	1,0	0,2	19,6	83,4	389	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ПП	2023
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	ПП	2023
МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	5,6	4,9	9,3	104,8	ПП	2023
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>860</b>	<b>26,9</b>	<b>28,2</b>	<b>108,8</b>	<b>828,5</b>		
<b>Полдник</b>							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,4	0,4	9,8	47,0	339	2017
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ СНЕЖОК/	180	4,7	4,1	6,5	85,9	386	2017
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	75	6,7	7,5	16,7	159,2	451	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11,8</b>	<b>12,0</b>	<b>33,0</b>	<b>292,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>56,0</b>	<b>58,9</b>	<b>210,2</b>	<b>1 608,7</b>		