

УТВЕРЖДАЮ

ИП Тульменцева В.А.

В.А. Тульменцева

"1" февраля 2024 г.



СОГЛАСОВАНО

_____/_____
" " _____ 2024 г.

**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

4 день 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ /ЯБЛОКО/	120	0,5	0,5	11,8	56,4	ТТК 23	2023
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 150/20	170	10,8	13,8	29,8	317,5	240	2012
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /КЕФИР/	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386	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
Итого за прием пищи:	520	19,9	19,2	73,8	586,4		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,8	3,0	4,2	47,5	ТТК 67	2023
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3,0	4,7	12,4	107,3	84	2017
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	12,4	14,1	18,9	300,5	259	2017
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,7	14,2	95,9	382	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,1	94,7	ПП	2033
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	ПП	2023
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ /ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ/	30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за прием пищи:	700	26,1	27,9	102,0	817,0		
Полдник							
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С ЯБЛОКАМИ	150	6,1	8,1	24,4	198,2	140	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	ПП	2023
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,4	1,2	14,3	72,9	378	2017
Итого за прием пищи:	350	8,6	9,5	48,6	317,1		
Всего за день:		54,6	56,6	224,3	1 720,5		