

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

17 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	20					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	5					
СЫР (ГОРЦЫЯМИ)	355	7,7	10,4	48	321,2	
Итого за прием пищи:						
		2 Завтрак				Сборник рецептов или ТТК
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					
	180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Итого за прием пищи:						
		Обед				Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептов или ТТК
	150/5					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50/30					Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина)	110					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОНИЧЬЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИЙ	545	15,4	19,3	79,4	530,2	
Итого за прием пищи:						
		Удотенный полдник				Сборник рецептов или ТТК
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	40	24,4	18,8	55	563,1	
Итого за прием пищи:	400	48,4	48,7	200,1	1 489,6	
Всего за день:						