

Согласовано

*МБОУ "Средняя школа №180
г. Алейск"*



Утверждаю: ДОО Алеко

Кобу
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 19								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №0	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
	Итого за завтрак	420	16,6	16,8	45,3	407,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №299	200	1,0	0,2	15,5	83,4	299	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	15,5	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С КРУПНОЙ МЯСО-КОСТЯНОЙ БУЛЬОНОМ ТТК №44	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (лечью) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,0	29,2	293,1	ТТК №79, 350	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,6	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за обед	670	17,7	12,2	63,0	530,2		
Полдник	БУЛОНКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	25,9	167,3	467	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0,1	0,0	25,4	114,0	393	2011
	Итого за Полдник	250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 477	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №393	190/10	0,1	0,0	9,8	36,4	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
	Итого за Ужин	450	28,2	20,3	74,1	602,8		
2 УЖИН	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день			72,6	57,8	266,3	1 997,9		

Повар

Г. Романовская Е.М.