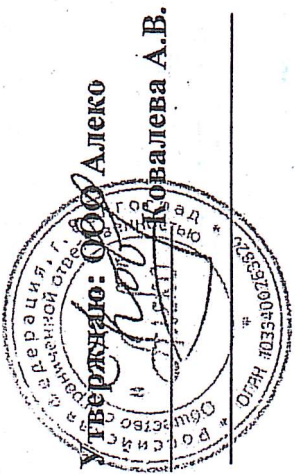


Согласовано



Утверждаю: **Алеко**

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

10.01.25

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 5								
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак			11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399			0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак			0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33			0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА ЮРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67			2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67			10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383			0,1	0	21,1	84,8	383	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ			1,3	0,2	8,5	40,8		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед			17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный								
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ			0,6	2,7	2,3	35,7		
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77			4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125			2,4	3,3	19	118,7	125	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №388			0,6	0,3	18,1	88,3	388	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник			10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Повар _____