



16.01.25

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Утверждено: ООО Аллеко
Ковалева А.В.

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Вариант 9	КАША ЖЕЛТКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	МОЛОКО КИСЛОТНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,5	400		
	САТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	25,5	33	2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	2011	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	528,9		
Уплотнительный поддник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477		2011
Итого за Уплотнительный поддник	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7	82,5	401	2011	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за Уплотнительный поддник		410	25,4	20,6	65,4	625,4			
Всего за день:			84,9	49	207,2	1814,1			

Гловав