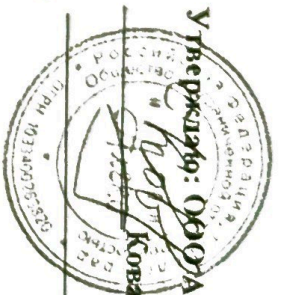




ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждаю: **Овора Алеко**
Ковалева А.В.

Премь пищи	Премь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	396	2011
		45	3,4	1,3	23,1	117,9		2011
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ГРЮБ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед	500	16,2	20,7	88,5	564,8		
Успокоительный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,36	ТТК №61	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №363	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	УЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0	10	41,7	383	2011
	УЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
	БУЛОЧКА БЕСШУКА №473	50	4	3	28,6	160,9	473	2011
Итого за успокоительный полдник	427	14	15,9	72,7	500,86			
Всего за день:			42,3	46,1	227,2	1470,26		

Повар _____