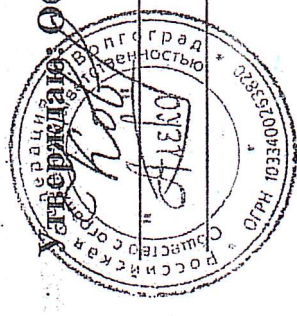


Согласовано



Удобрено ООО Алеко
Ковалева А.В.

ВУЖОЛЕТОВОЕ 20-ти СЛЕНОВОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

04.02.25

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Подраздел 1								
Вариант 2								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	МОЛОКО КИТАЙЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,7	131		
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Снедь								
	Сладкая паста	50	0,7	2,0	4,1	45,6	33	2011
	Сладкая паста с маршмэллоу	180	2,0	2,0	12,0	77,2	ТТК №14	
	Сладкая паста с маршмэллоу	140/50	12,6	12,3	12,3	217,4	ТТК №75	
	Сладкая паста с маршмэллоу, джемом, разрыхлителем	180	0,1	0,0	23,7	102,6	363	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	590,8		
Углетенный полдник								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 477	
	КАША С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Углетенный полдник		470	30,5	24,5	77,0	668,0		
Всего за день:		76,6	68,3	218,8	1 835,2			

Повар _____