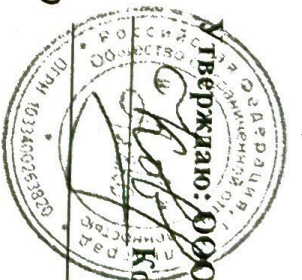




ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецепт-группы	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЖЕЛТОК (манная) ТТК №83 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 СЛИВА ВАРЕНЬЕ №213 БАТОН	150	6.1	3.4	26.8	153	ТТК №83			
		180/10	0.1	0	9.8	39.4	392	2011		
		64	5.5	5	0.3	68.5	213	2011		
		20	1.5	0.6	10.3	52.4				
		405	13.2	9	47.2	323.4				
Итого за завтрак										
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №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	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАТЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0.2	0	0.5	3.9				
		150/10	1.5	5	7.5	91.2	ТТК №28			
		150	10.0	6.8	25.3	215.8	ТТК № 79	2011		
		150/73.5	0.1	0	7	29	393			
		20	1.3	0.2	8.5	40.8				
		20	1.5	0.1	9.7	46				
		540	14.6	12.1	58.5	428.7				
		Итого за обед								
		Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свежая) №324 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЦЕНОВАЯ) №166 КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0.6	1.4	4	33.4	324	2011
				50/30	6.7	9.7	18.9	167.96	ТТК №61, №354	2011
110	5.7			6.4	26.3	191.4	166	2011		
180	0.1			0.1	20.9	86	372	2011		
30	2.3			0.2	15.1	71				
Итого за Уплотненный полдник										
Итого за день:		440	18.3	17.9	82.6	547.76				
			44	39.1	206	1402				

Повар _____