



09.01.25



Ковалева А.В.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	Вариант 4	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	108,5	ТТК №106	2011	
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393		2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	137			
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		2011
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371		2011
Итого за завтрак		565	10,3	7,9	64,2	375,4				
2 Завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399		2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Обед		РОММЛОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №88		
		СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСКО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
		ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,4	ТТК №65		2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	108,1	205		2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376		2011
Итого за обед		560	16,1	14,4	64,1	521,6				
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62		2011
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №352	180/10	0,1	0	9,8	39,4	352		2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	3	29,6	180,9	473		2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14	14,4	72,8	440,8				
Всего за день:			41,9	36,9	204,9	1432,9				

Повар \_\_\_\_\_