

Согласовано

Заведующий МДОУ "Детский сад №26"

МДОУ "Детский сад №26"



Утверждаю

Алеко
Довалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	
	Итого за завтрак	637	12,7	13,7	63,6	440,5		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		2011
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
		40	2,8	0,4	17,0	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	49,0		
		730	24,7	21,2	99,3	701,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	2011
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	
	Итого за Уплотненный полдник	500	22,1	18,8	94,5	641,0		
	Всего за день:		60,5	53,9	277,0	1 866,5		

Повар

Handwritten signature