



Согласовано  
 Директор Ивлевский В.В.  
 Исполнительный директор  
 Ивлевский В.В.



Утверждаю: О.О. Алёко  
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Зима-Осень  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режис функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	2011
		КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	
	Итого за завтрак	405	9,9	14,1	48,1	386,6			
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011	
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137,0			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №67		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011	
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за обед	670	23,9	11,8	105,8	648,7				
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011	
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011	
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за Уплотненный полдник	602	23,6	24,6	98,6	724,1				
Всего за день:		58,1	51,0	284,4	1 878,4				

Повар \_\_\_\_\_