

СОГЛАСОВАНО



*Забудюцкий Алексей Валерьевич*

*1101 детский сад №10*

*Ститы И.В. Зельман*

Утверждаю: 000 Алеко



*Ковалева 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	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Неделя 3 Вариант 13	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011			
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394				
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2				
		415	13,3	10,2	77,1	457,7					
		Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4		399		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4					
Обед	ОГУРЕЦ СОПЕНЫИ СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) КАПУСТА ТУШЕНАЯ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011			
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88				
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65				
		130	2,9	4,9	12,5	106,9	336				
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376				
		50	3,3	0,4	21,2	102,0					
		30	2,3	0,2	15,1	71,0					
		720	21,9	20,1	89,2	636,7					
		Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	11,8	6,6	3,1		122,6	ТТК №74	2011
				150	2,9	4,1	23,8		148,3	125	
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392				
30	2,3			0,2	15,1	71,0					
50	4,0			3,0	29,6	160,9	473				
Итого за Уплотненный полдник		500	21,1	13,9	81,4	542,2					
Всего за день:			57,3	44,4	267,3	1 820,0					

Повар \_\_\_\_\_