



Согласовано
 Заведующий (Дир.) М.В. Зенкина
 Мозолевский Игорь Иванович

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень



Утверждает: ООО Алко
 Ковалева А.В.

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 4 Вариант 16	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395		
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		455	15,2	10,9	90,5	525,6			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011	
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47		
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66		
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		30	2,3	2,9	22,3	125,1			
		630	21,7	20,6	76,1	580,7			
Итого за обед									
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321		
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
Итого за Уплотненный полдник		490	21,8	14,6	80,4	548,4		2011	
Всего за день:			59,5	46,9	266,0	1 745,9			

Поваар _____