



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 3 Вариант 12	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213 БАТОН	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011		
		150	4,3	3,7	7	78,6	400		2011	
		64	5,5	5	0,3	68,6	213		2011	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4				
		365	17,4	12,7	44,4	382,6				
Итого за завтрак										
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011		
		150/10	1,4	4,5	5,7	74,7	ТТК №47			
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011		
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011		
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011		
		20	1,3	0,2	8,5	40,8				
		520	15,2	21,5	79,2	566,16				
		Итого за обед								
		Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477 СНЕЖОК №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №156, 477	
				180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
40	3,1			0,2	20,1	94,7				
20	1,5			2	14,9	83,4				
410	22,5			22	77,4	645,2				
Итого за Уплотненный полдник										
Всего за день:			55,9	57	220	1665,16				

Повар _____