

Согласовано *МКУ Детский сад №305*



Александрович
М.В. Садовникова



Утверждено: *ООО Алеко*
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 9								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2 Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28		150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68		130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	528,9		
Уплотненный полдник								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477		130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
СНЕЖОК №401		180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		410	25,4	20,6	65,4	625,4		
Всего за день:			54,9	49	207,2	1614,1		

Повар *[Подпись]*