

Согласовано мной детский сад №305



Утверждаю: 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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	ТТК №83	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	400	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого за завтрак		365	17,4	12,7	44,4	362,6
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	33	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Итого за обед		520	15,2	21,5	79,2	566,16
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	130/40	12,9	16	33,9	ТТК №156, 477	2011
	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4	
	Итого за Уплотненный полдник	410	22,5	22	77,4	645,2	
Всего за день:		55,9	57	220	1665,16		

Повар _____