

Согласовано *Меню 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 рецептов				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Неделя 3												
Вариант 13												
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011				
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394					
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131						
Итого за завтрак						360	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак												
Итого за 2 завтрак						180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед												
Итого за обед						180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Уплотненный полдник	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9						
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88					
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65					
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376					
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46						
	Итого за обед						590	14,7	78,2	496,4		
	Уплотненный полдник											
	Итого за Уплотненный полдник						430	14,5	70,2	437,7		
Всего за день:						1396,6	44,9	229,9	1396,6			

Повар _____

С.В. Ковалева