

20.03.25



Согласовано

*С.И. Масмашева*



Утверждаю: ООО Алеко

*А.В. Ковалева*

**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-тур   | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Завтрак                      | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83   | 150          | 6,1              | 3,4     | 26,8        | 163                           | ТТК №83       |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393   | 150/73,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           | 2011             |
|                              | БАТОН  | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131                           |               |                  |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7  | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7             | 2011             |
|                              | <b>Итого за завтрак</b>  |              | 365              | 11,2    | 6,4         | 59,5                          | 340,7         |                  |
| 2 Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 371           | 2011             |
|                              | <b>Итого за 2 завтрак</b>  |              | 200              | 0,8     | 0,8         | 19,0                          | 91,2          |                  |
| Обед                         | 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       |                  |
|                              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75  | 120/15       | 7,6              | 10,4    | 11,3        | 177,2                         | ТТК №75       | 2011             |
|                              | КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376  | 150          | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          | 376           |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ  | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102                           |               |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 25           | 1,9              | 0,2     | 12,5        | 59,2                          |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>         |  | 540          | 15,3             | 12,9    | 69,2        | 463                           |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 130/40       | 10,3             | 18,3    | 43,9        | 344,3                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393   | 150/73,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           | 2011             |
|                              |  | 400          | 16               | 22,3    | 89,5        | 586,6                         |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>        |  |              | 43,3             | 42,4    | 237,2       | 1481,5                        |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_