

Согласовано



*заведующий МОУ Детского сада №180*  
*О.А. Ковалева*

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	Углеводы, г				
<b>Неделя 1</b> <b>Вариант 4</b>	<b>Завтрак</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	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
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
	<b>Итого за завтрак</b>	565	10,3	7,9	64,2	375,4			
	<b>2 Завтрак</b>								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
	<b>Обед</b>								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			
	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		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	<b>Итого за обед</b>	560	16,1	14,4	84,1	521,6			
	<b>Уплотненный полдник</b>								
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011	
	<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	420	14	14,4	72,8	460,8			
	<b>Всего за день:</b>		41,3	36,9	238,8	1432,9			

Повар

*А.А. Фокина*