

Согласовано *Исх. № 305*

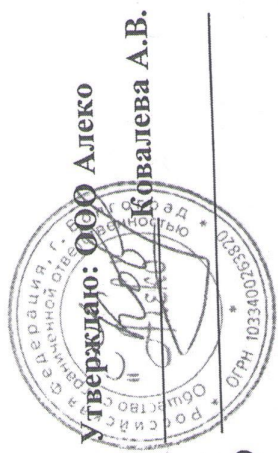
Заведующий

Заведующий

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждаю: *А.В. Ковалева*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 12 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Итого за обед		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Повар