

Согласовано *м.п. 01.08.2015*

Заведующий
Заведующий

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

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 15	Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		2011
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак			350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак									
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак			200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед									
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
			500	16,2	20,7	88,2	563,4		
Уплотненный полдник									
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
Итого за Уплотненный полдник		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	
Всего за день:			427	14	15,9	75,2	491,26		
Повар				42,3	46,1	229,4	1459,26		