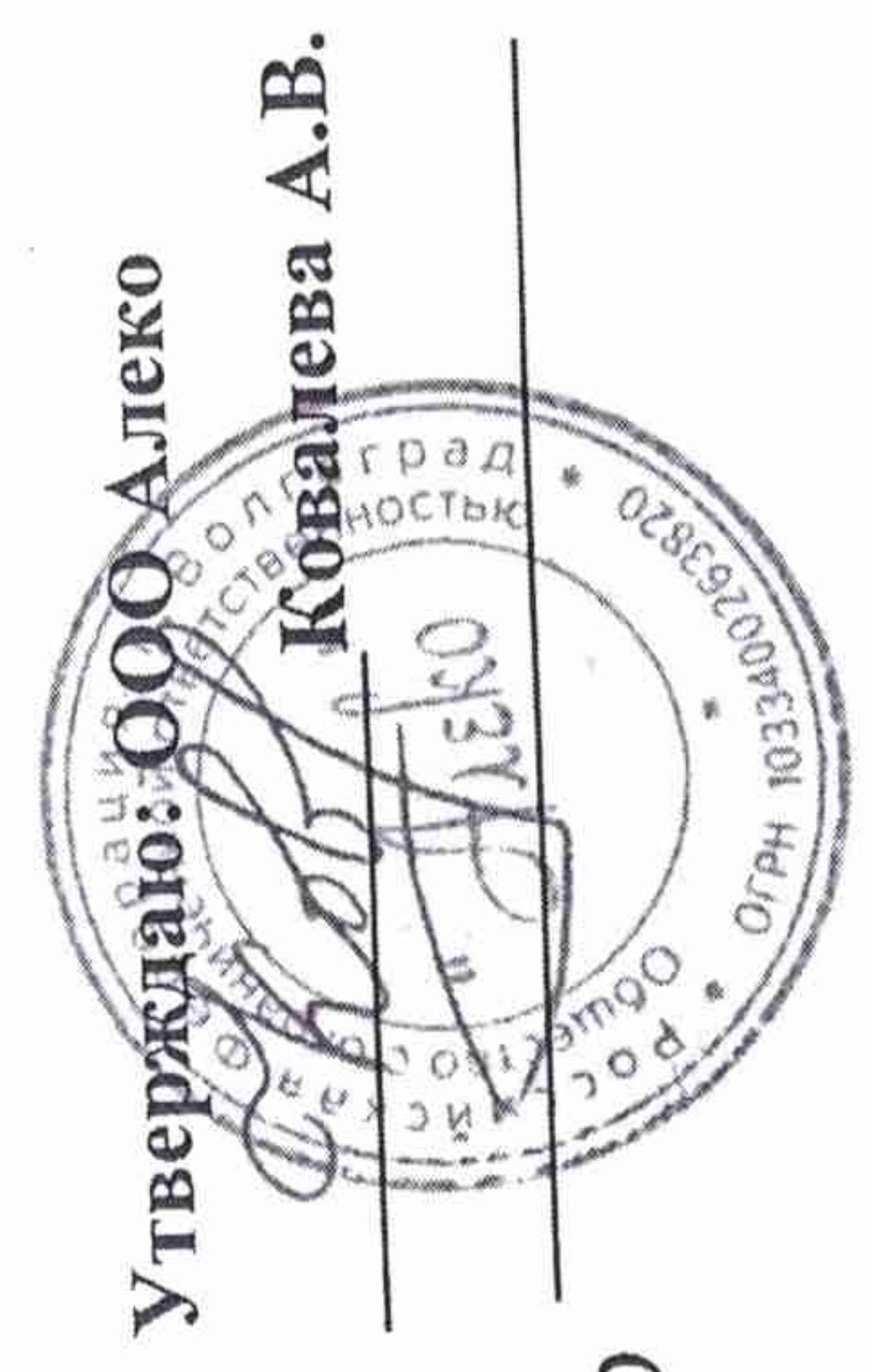




Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

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 1 Вариант 1 Завтрак								
		160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	2011
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	40	3	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН	350	9,4	7,7	45,4	299		
Итого за завтрак								2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
2 Завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399							
		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Обед		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	0	0	11,6	46,5	376	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	23,5	21,6	59,8	530,5		
Итого за обед								
		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
Уплотненный полдник		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			48,0	44,6	199,9	1 395,6		

Повар _____