



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

Согласовано

Будущий врач Детских садов №20

Ирина Викторовна



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	159,2	ТТК №104	2011	
		150	2,3	1,8	71,3	395	2011	
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак		0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	75,1			
Итого за 2 завтрак		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150	2,1	2,3	11,7	ТТК №87	2011	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Итого за обед		0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	2011
		50	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
		120	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		180	2,3	0,2	15,1	71		
		30	10,8	12,2	59,3	377,8		
Итого за Уплотненный полдник		40,6	43	239,6	1457,6			
Всего за день:								

Повар _____