



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

Согласовано

Заведующий лабораторией
А.В. Ковалева

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 рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2						
	Вариант 9						
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	400	
Итого за завтрак	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7		
		350	15,1	8,7	61,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7		399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7		75,1
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5		33
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	
		515	13,5	19,5	62,3	468,9	
	Итого за обед					365,6	ТТК №151, 477
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5		
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
	Итого за Уплотненный полдник	400	24,3	17,9	57,1	562,9	
Всего за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6		

Повар _____