

Согласовано

Соборная школа №100

М.Ю. Иванова



Утверждаю: ООО Алеко

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
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 4 Вариант 17							
Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102
	ЧАЙ с молоком или сливками	180	2,7	14,0	87,6	394	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
	СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
		355	7,7	10,4	48,0	321,2	
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Итого за 2 завтрак		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, БАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	545	15,4	19,3	79,4	530,2	
Итого за обед		130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	180	5,1	4,4	7	92,5	401
	КЕФИР №401	40	3	1,2	20,6	104,8	
	БАТОН	400	24,4	18,8	55	563,1	
Итого за Уплотненный полдник			48,4	48,7	200,1	1489,6	
Всего за день:							
Повар							