

Согласовано

*Заведующий МУП ДК АМО*  
*Н.К. Виноградова*  
 17.09.2015



ООО Алеко

Ковалева А.В.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

*для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3</b>								
<b>Вариант 11</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	382,2		
<b>2 Завтрак</b>								
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
<b>Обед</b>								
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ		50	0,6	0,0	1,2	6,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ		180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ		150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАРЫ		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		670	23,9	11,8	105,8	648,7		
<b>Уплотненный полдник</b>								
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)		50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ		70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		602	23,6	24,6	98,6	724,1		
Всего за день:			58,1	51,0	284,4	1 892,0		

Повар \_\_\_\_\_