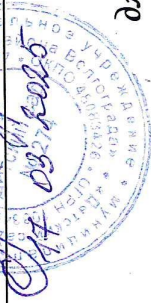


Согласовано

Заведующий сан. детским садом № 244

Труфанова СС



Утверждено 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 5	Завтрак	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		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								
Уплотненный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
		120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Повар