

Согласовано

Заведующий МДОУ Детский сад №2449
 Дурасова СС
 17.03.2025г

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,4	0,1	0,9	6,5		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75		140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
ХЛЕБ ПЕСЛЕВАННЫЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Полдник								
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477		150/60	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,3	0,3	21,9	103,4		
Итого за Ужин		452	22,8	19,0	72,3	558,7		
2 УЖИН								
КЕФИР №401		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			68,4	52,2	284,4	1 909,5		

Повар