

Согласовано



Заведующий отделом Детский сад № 274

Ирина Николаевна РС



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 10								
Завтрак								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
Итого за завтрак								
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Итого за 2 завтрак								
		50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
	СУПС МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Итого за обед								
		50	3,8	4,9	37,2	208,5		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	200	3,1	2,4	17,0	103,1	395	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Итого за Полдник								
		70	11,8	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КОПЛЕТЫ, БЛТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Итого за Ужин								
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
2 УЖИН	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за 2 ужин								
Всего за день:			80,6	76,1	279,8	2 151,5		

Повар _____