

Согласовано

*Заведующий*  
*Зима-Осень*



*Заведующий*  
*Зима-Осень*

Утверждаю: ООО Алеко

И.В. 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 2<br>Вариант 6<br>Завтрак                    | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83                                                       | 150          | 6,1              | 3,4     | 26,8        | 163                           | ТТК №83       | 2011             |
|                                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 150/73,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           | 2011             |
|                                                     | БАТОН                                                                              | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131                           | 7             | 2011             |
|                                                     | СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7                                                                | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 340,7         | 2011             |
|                                                     | Итого за завтрак                                                                   | 365          | 11,2             | 6,4     | 59,5        |                               |               |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак                     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                        | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
|                                                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                                    | 30           | 0,2              | 0       | 0,5         | 3,9                           |               |                  |
|                                                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88                        | 150          | 2,3              | 1,9     | 12,1        | 74,2                          | ТТК №88       |                  |
|                                                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                                            | 120/15       | 7,6              | 10,4    | 11,3        | 177,2                         | ТТК №75       | 2011             |
|                                                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376                                                    | 150          | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          | 376           |                  |
| Итого за обед                                       | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                                    | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102                           |               |                  |
|                                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 25           | 1,9              | 0,2     | 12,5        | 59,2                          |               |                  |
|                                                     | Итого за обед                                                                      | 540          | 15,3             | 12,9    | 69,2        | 463                           |               |                  |
| Уплотненный полдник<br>Итого за Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 130/40       | 10,3             | 18,3    | 43,9        | 344,3                         | ТТК №152, 477 | 2011             |
|                                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 150/73,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393           | 2011             |
|                                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            | 467           | 2011             |
|                                                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                             | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         |               |                  |
|                                                     | Итого за Уплотненный полдник                                                       | 400          | 16               | 22,3    | 89,5        | 586,6                         |               |                  |
| Всего за день:                                      |                                                                                    |              | 43,3             | 42,4    | 237,2       | 1481,5                        |               |                  |

Повар

*М.А. Ковалева*