



Согласовано
 [Signature]
 [Signature]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зида-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждено: ООО Алеко
 [Signature]
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Неделя 4 Вариант 20	КАША ЖИЛКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395			
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8				
	СЫР (ГОРЦЫРИМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7			
	Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №688	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19	91,2				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №28	2011		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4				
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61			
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	28,3	166,1	205			
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383			
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2				
	Итого за обед		535	15,8	19	92,9	593,96			
	Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5			2011
		ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №32/№34	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4		ТТК №32, 354	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДИОМ №392		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46				
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2	14,9	83,4				
Итого за Уплотненный полдник		400	12	11,8	51,2	375,7				
Всего за день:			42,2	39,7	225	1434,56				

Повар

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алеко



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 20	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
		50	3,8	1,5	25,7	131,0			
		430	15,2	8,1	78,5	447,5			
		Итого за завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ ЕУЛЬОНЕ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
		70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		680	24,5	28,4	112,6	816,1			
		Итого за обед							
		Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	
140/50	12,2			13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011	
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392	2011	
30	2,3			0,2	15,1	71,0			
Итого за Уплотненный полдник									
Всего за день:		470	15,2	14,0	49,6	407,5			
Повар			55,7	51,3	259,7	1762,3			