

Согласовано



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2 Вариант 7	Икра кабачковая консервированная	1,0	4,5	3,9	59,5		
		Омлет натуральный	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		Батон	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	428,9		
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	Сок яблочно-апельсиновый	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Помидоры соленные	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
		150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник	Пюре картофельное	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		150	3,1	4,6	2,2	143,4	321	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71		
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		530	22,7	22,7	92,5	677,9		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			67,5	63,0	229,5	1 794,4		

Повар