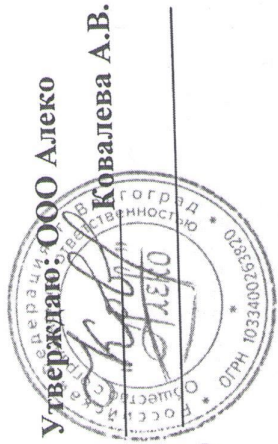


Согласовано ММУ Д/С №305



Утверждено: ООО Алеко
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 Вариант 7	Завтрак								
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	7	2011
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	316	
		355	11,7	10,8	31,7				
Итого за завтрак									
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Итого за 2 завтрак									
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202 МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202		
		150/15	4,1	4	10,4	94	251,1	ТТК №64, 354	2011
		130/20	13	7,4	28,4	71,8	372		2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,4	71		
		35	2,3	0,3	14,8	563,4			
		30	2,3	0,2	15,1				
		22,1	12	86,8					
Итого за обед		560							
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011	
		130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011	
		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
		430	15,1	14,3	67,7	450,1			
Итого за Уплотненный полдник									
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6			

Повар