

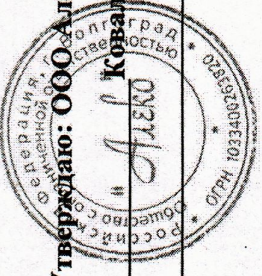
Согласовано

Заведующий отделением
детской хирургии



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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17	Завтрак							
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
	Итого за завтрак	405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2 Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
			1,0	0,2	19,6	83,4		
	Итого за 2 завтрак	200						
Обед								
		САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ №20	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		БОРЩ ИЗ МЯСО-КОСТНОГО БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
		ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	0,1	0,0	25,7	102,8	383	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Итого за обед	685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	3,8	4,9	37,2	208,5		
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	Итого за Полдник	250	3,9	4,9	47,0	247,9		
Ужин								
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		БАТОН	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Итого за Ужин	452	31,7	22,6	63,2	599,3		
2 УЖИН								
		КЕФИР №401	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
			5,1	4,4	7,0	92,5		
	Итого за 2 ужин	180						
	Всего за день:		72,7	72,9	287,5	2 145,1		

Повар