



Согласовано *М.И. Орлов* № 305

Утверждаю: *О.О. Алеко*
О.О. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето
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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	3,8	1,5	25,7	131		
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	365	11,2	6,4	59,5	340,7		2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
	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	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		540	15,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
	СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16	22,3	89,5	586,6		2011
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		
Повар								