

СОГЛАСОВАНО

*Владимир Владимирович Ковалева*

№ 220

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Весна-Лето  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алёко

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 |                               |               |                  |
| Завтрак<br>Вариант 6         | КАША ЖИДКАЯ (МАННА)   | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83       | 2011             |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/107      | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                              | БАТОН   | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          | 78,6          | 2011             |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ)  | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
| Итого за завтрак             |   | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
| 2 Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
| Итого за 2 завтрак           |   | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
| Обед                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ   | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |               |                  |
|                              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ                 | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88       |                  |
|                              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ   | 140/50       | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,4                         | ТТК №75       | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ   | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376           |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ  | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |
| Итого за обед                |   | 720          | 23,4             | 16,0    | 90,6        | 612,4                         |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/50       | 19,1             | 18,1    | 39,7        | 404,3                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/107      | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                              | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |   | 467          | 24,9             | 22,1    | 88,3        | 659,3                         |               |                  |
| Всего за день:               |   |              | 61,2             | 47,0    | 254,7       | 1 810,9                       |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_