

Согласовано

Заведующий отделом

Медсестра

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

Г.В. Коталева А.В.



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 7	Завтрак								
		Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,0	426,9		
		Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед			50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		Помидоры соленные	180/25	6,8	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
		Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
		Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		Компот из свежих плодов	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		Итого за обед	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник			70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		Тфтели с соусом (говядина)	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
		Пюре картофельное	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		Чай с молоком или сливками	30	2,3	0,2	15,1	71		
		Хлеб пшеничный	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		Итого за Уплотненный полдник	530	22,7	22,7	92,5	677,9		
		Всего за день:		67,5	63,0	229,5	1 794,4		

Повар *Золуш* *И.И. Золуш*