

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

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 |                               |              |                  |
| Завтрак                      | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (РИСОВОЙ) ТТК №107                  | 150          | 3,5              | 3,9     | 12,3        | 100,8                         | ТТК №107     |                  |
|                              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                           | 150          | 2,3              | 1,8     | 11,4        | 71,3                          | 395          | 2011             |
|                              | СЫР (ПОРЦИЙНЫМ) №7                                        | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7            | 2011             |
|                              | БАТОН                                                     | 45           | 3,4              | 1,3     | 23,1        | 117,9                         |              |                  |
|                              | Итого за завтрак                                          | 350          | 10,4             | 8,5     | 46,8        | 307,7                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388                         | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         | 388          | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                        | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         |              |                  |
| Обед                         | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                           | 30           | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                           |              |                  |
|                              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87          | 150          | 2,1              | 2,3     | 11,7        | 75,8                          | ТТК №87      |                  |
|                              | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64         | 150          | 14,8             | 7,6     | 31,5        | 272,7                         | ТТК №64      | 2011             |
|                              | КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                             | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                          | 372          |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕЧЕНАВАННЫЙ                                         | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
| Итого за обед                |                                                           | 520          | 20,1             | 10,3    | 79,5        | 511,2                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54             | 30           | 0,4              | 1,5     | 2,3         | 24,6                          | 54           | 2011             |
|                              | КОТЛЕТЫ РУБЕЛЬНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354 | 50/30        | 6,5              | 9,2     | 9,9         | 132,6                         | ТТК №62, 354 | 2011             |
|                              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                    | 110          | 2,3              | 3,3     | 15,6        | 104,9                         | 321          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                        | 180/107      | 0,2              | 0       | 10          | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                    | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
|                              |                                                           | 487          | 15               | 18      | 76,4        | 517,1                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                           |              | 48,2             | 37,3    | 234,6       | 1473                          |              |                  |

Повар