

Согласовано _____
м.с.с. № 305



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			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8	2011
	Итого за завтрак	390	11,8	12,3	39,2	360,2	
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2011
Обед	Помидоры соленные	30	0,3	0	0,7	4,1	
	Борщ с капустой и картофелем на мяско-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28
	Голубцы ленивые ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75
	Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46	
	Итого за обед	505	12,3	13,8	54,7	402,3	
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	
	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9	
	Всего за день:		44,4	44,9	215,6	1 484,5	

Повар _____