

Согласовано  
 30.05.2015  
 Утверждено  
 30.05.2015

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 рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                      | 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          | 2011             |
|                              | БАТОН                                                                    | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |              |                  |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                                                        | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7            | 2011             |
|                              | Итого за завтрак                                                         | 355          | 11,7             | 10,8    | 31,7        | 316                           |              |                  |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399                                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | 399          | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                                       | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |              |                  |
| Обед                         | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ                                                        | 30           | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                           |              |                  |
|                              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202                        | 150/15       | 4,1              | 4       | 10,4        | 94                            | ТТК №202     |                  |
|                              | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354 | 130/20       | 13               | 7,4     | 28,4        | 251,1                         | ТТК №64, 354 | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                          | 372          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                         | 35           | 2,3              | 0,3     | 14,8        | 71,4                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71                            |              |                  |
|                              | Итого за обед                                                            | 560          | 22,1             | 12      | 86,8        | 563,4                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                                      | 50/30        | 6,6              | 7,8     | 15,2        | 143,9                         | ТТК №65      |                  |
|                              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                                   | 130          | 2,7              | 4       | 18,4        | 123,9                         | 321          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                                          | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                                          | 430          | 15,1             | 14,3    | 67,7        | 450,1                         |              |                  |
|                              | Всего за день:                                                           |              | 49,8             | 37,3    | 203,9       | 1404,6                        |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_