

Согласовано

Заведующий
МКУ Детский сад № 16



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 4 День 16	Завтрак									
			КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	385	2011
			БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
			БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак	455	15,2	10,9	90,5	525,6				
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
	Итого за 2 завтрак									
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5				
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47			
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66			
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6				
	Итого за обед	600	19,4	17,7	53,8	455,6				
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011		
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011		
		250	4,2	3,9	57,3	281,3				
		70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74			
		150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011		
Ужин	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7				
		460	18,1	11,4	54,4	400,6				
	Итого за Ужин									
2. Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
	Итого за 2 ужин									
	Всего за день:		62,8	49,1	282,0	1 846,8				
	Повар									

Повар