



Согласовано

[Signature]

Утверждаю: ООО Алеко

[Signature]
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 Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104		
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		2011
	Итого за завтрак	355	11	10,1	62,2	387,2			
	2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
	Итого за обед	520	17,9	20,5	100,4	617,5			
Употребленный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	КОТЛЕТЫ, ВЫГОЩКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125		2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398		2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за Употребленный подлик		410	10,8	12,2	59,3	377,8			
Всего за День:			40,6	43	239,6	1457,6			

Повар _____



Согласовано

Ковалева А.В.

Утверждено: ООО Алеко



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	ТТК №104	
		КОФЕИНЬИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/6/20	2,3	3,7	27,4	2	2011
	Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5		457,4
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	399	2011
	Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6		83,4
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	20	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,3	2,1	13,9	ТТК №87	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	ТТК №67	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	383	
	Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2		102,0
			610	35,4	36,1	90,1		833,0
Уплотненный полдник		ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	ТТК №77	
		КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	2011
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	125	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	398	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1		94,7
	Итого за Уплотненный полдник		470	16,7	15,4	69,5		506,6
	Всего за день:			66,3	63,3	252,7		1 880,4

Повар