

Согласовано

Заведующий МОУ Детский сад № 240
Шевцова С.А. Заведующий

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 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				
Неделя 4 Вариант 16	Завтрак								
		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	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)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1			
	Итого за обед	630	21,7	20,6	76,1	580,7			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
	Итого за Уплотненный полдник	490	21,8	14,6	80,4	548,4			
	Всего за день:		59,5	46,9	266,0	1 745,9			

Повар *Ваня* *И.А. Золотова*