

Согласовано

Заведующий МДОУ Детский сад № 140
Иванов С.А. Мавченков

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	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	108,5	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЙКИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за завтрак		565	10,3	7,9	64,2	375,4		
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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	45		
		560	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотнительный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	180,9	473	2011
Итого за Уплотнительный полдник		420	14	14,4	72,8	460,9		
Всего за день:			41,3	36,9	236,8	1432,9		
Повар <i>Иванов С.А. Мавченков</i>								