

Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

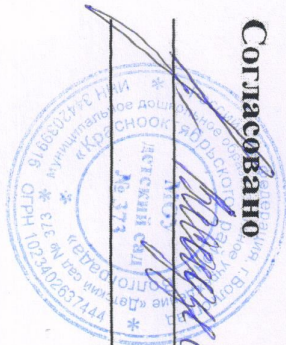
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Неделя 2 Вариант 6	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (овсяная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
		СЫР (ГОРЦЫМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак			365	11,2	6,4	59,5	340,7		
2. Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	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	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
		ГОЛОВИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед			540	15,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник			400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:				43,3	42,4	237,2	1481,5		

Повар _____

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	314	191,3	ТТК №83
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
		СЫР (ГОРЦЛИМ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
	Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0	
	2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
	Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75
		КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4	
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
	Итого за Уплотненный полдник		467	24,9	22,1	86,3	659,3	
	Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9	

Повар