



26.09

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 Неделя 2 Вариант 10	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3		35,7		
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5		180,3	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2		76,2	394	2011
	Батон	40	3	1,2	20,6		104,8		
	Итого за завтрак	350	14,3	14,6	40,6		397		
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №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	Огурец свежий	30	0,2	0	0,5		3,9		
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7		75,1	ТТК №88	
	Птица, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7		241,5	ТТК №66	2011
	Компот из сушеных фруктов №376	150	0	0	11,6		46,5	376	
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17		81,6		
Итого за обед		540	21	15,9	66,2		434,6		
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1		144,96	ТТК №61	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8		39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1		94,7		
	Итого за Уплотненный полдник	400	15,8	13,18	73,7		482,06		
Всего за день:			52	43,88	198,2		1448,76		

Повар

Согласовано

д.б. 09

Утверждено: 0000 Алеко

Ковалева А.В.

Заведующий отделением
Ирина Александровна
Ирина Александровна

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10								
	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72
		Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого за завтрак			430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
		Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник								
		Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за Уплотненный полдник			450	22,1	21,0	72,8	579,3	
Всего за день:				68,6	64,4	218,6	1 807,4	

Повар _____