

Согласовано

Заведующий МОУ Детский сад №274
С.С. Сурягина

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,8	307,7	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №385	110	0,7	0,5	31,9	137,0	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,5	31,5	272,7	ТТК №64
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
		520	20,1	10,3	79,5	511,2	
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
		487	15	18	76,4	517,1	
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473	

Повар