

Согласовано

19.11.252



Н.Б. Гомар
М.В. Ковальчук

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Утверждено
 Н.Б. Гомар
 М.В. Ковальчук А.Р.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Чай с лимоном №33	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	Батон	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	Сыр (порциками) №7	50	3,8	1,5	25,7	131		
	Итого за завтрак	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	2 Завтрак	365	11,2	6,4	59,5	340,7		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	Огулец соевый	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	Суп с макаронными изделиями на мяско-костном бульоне ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	Голубцы пенивые ТТК №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №75	
	Компот из сушеных фруктов №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	376	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102		
Итого за обед		25	1,5	0,2	12,5	59,2		
Уплотненный полдник	Чай с лимоном №33	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
	Хлеб пшеничный	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	Булочка вафельная №467	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за Уплотненный полдник	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Всего за день:	400	16	22,3	89,5	586,6		
Повар			42,3	42,4	237,2	1481,5		

[illegible]

1440270
4670000

Утверждено: 0

КОВАЛЕВА А.В.

Зима-Осень
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 2 Вариант 8 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ							
	БАТОН	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	СЫР (ПОРЦИЙНЫ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	10	2,3	3,0	0,0	35,4	7	
2. Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	417	12,1	8,1	56,8	348,0		2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/60	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,4	21,2	102,0		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		720	23,4	16,0	90,6	612,4		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	РАСЛАДУ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ		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	88,3	659,3		
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9		