

20.11.25

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Удостоверено
Копия А.В.

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 9								
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,8	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И ДАРДОСЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	0,1	0	21,1	84,8	393	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17	81,6		
		515	13,5	19,5	62,3	488,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3	1,2	20,6	104,8		
		400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6		
Повар	Гваруева З.З.							

[illegible]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕСЯЧНО
Звук Омега

Утверждено: ООО Алесо

Ковалева А.В.

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

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	БАТОН	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	400	17,9	12,5	59,4	422,7		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	2011
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	85,8	634,7		
Употребленный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,6	102,8	401	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за Употребленный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5		
Всего за день:			82,9	58,9	230,7	1 804,3		

Leopoldo