

24.10.25

Согласовано

Заведующий МКУС оддс
С.В. Мале

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: ООО Алеко

С.В. Ковалева Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	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 №34	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 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	Осуп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	Птица, тушеная в соусе с овощами ТТК №65	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №65	2011
	Компот из сушеных фруктов №376	150	0	0	11,6	40,5	376	
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17	81,6		
	Итого за обед	540	15,3	15,9	66,2	494,6		
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленные ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	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

СОСТАВЛЕНА



Медведев М.М. 279
 10/17/2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алеко
 10/17/2011
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 10	Завтрак								
		50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	Итого за завтрак	430	23,3	26,8	15,4	78,6			
2 Завтрак									
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
		180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88		
	Итого за 2 завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8			
Обед									
		50	0,4	0,1	0,9	6,5			
		180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88		
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №96	2011	
	Итого за обед	430	26,6	0,4	17,0	81,6			
Уплотненный полдник									
		70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
		150	8,1	5,6	36,9	224,4	166	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	Итого за Уплотненный полдник	450	22,1	21,0	72,8	579,3			
Всего за день:			68,6	64,4	218,8	1 807,4			

Повар