

Согласовано



Губернатор
МОСКОВСКИЙ
Администрация
Министерство
образования
и науки
Кировской
области
Согласовано
10.09.2014
Сергей Г. Г. Ковалев

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150 150 30/5/20	6,4 2,3 2,3	4,6 1,8 3,7	23,4 11,4 27,4	159,2 71,3 156,7	TTK №104 395 2	2011 2011
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180 180	0,9 0,9	0,2 0,2	17,7 17,7	75,1 75,1	399 75,1	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 150 130 150 20 40	0,4 2,1 10,9 0,1 1,3 3,1	1,9 2,3 15,9 0 0,2 0,2	2,5 11,7 36,5 21,1 8,5 20,1	29,5 75,8 291,9 84,8 40,8 94,7	33 TTK №87 TTK №67 383 2011	
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 50 120 180 30	0,6 4,9 2,4 0,6 2,3	2,7 5,7 3,3 0,3 0,2	2,3 4,8 19 18,1 15,1	35,7 64,1 118,7 88,3 71	TTK №77 125 398 2011	
Итого за Уплотненный полдник		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		
Повар	Сорокина							