



Согласовано
Утверждаю: 000 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	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10 Завтрак	Икра кабачковая консервированная Омлет натуральны ТТК №72 Чай с молоком или сливками №394 Батон	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		350	14,3	14,6	40,6	397		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	огурец соленый суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88 ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №88 компот из сушеных фруктов №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАРЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №65	2011
		150	0	0	11,8	45,5	376	
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166 чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,3	8,5	15,1	144,86	ТТК №61	
		120	6,3	4,48	28,7	203	165	2011
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	54,7		
		400	15,8	15,6	73,7	487,56		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			46,5	45,7	198,9	1409,76		

Повар _____