



№ 60

Г.А. Клименко

Утверждаю: ООО Алеко

Иванова 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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2 Завтрак	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5	ТТК №72	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	400	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6		
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		350	15,8	13,3	36,2	374,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,8	2,5	29,5	33	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,8	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КАСЕЛЬ ИЗ ГОВИДИЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/60	12	13,9	35,1	285,5	ТТК №157, 477	
	СЛАДКИИ С ВАНИЛЬЮ ТТК №157, №477	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	30	2,3	0,2	15,1	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	400	17,8	17,1	64,7	456,3		
			47,5	45,7	205,9	1407,4		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								

Повар