

Согласовано

17.10.252

Заслуженный методист
Марина Григорьевна Степанова

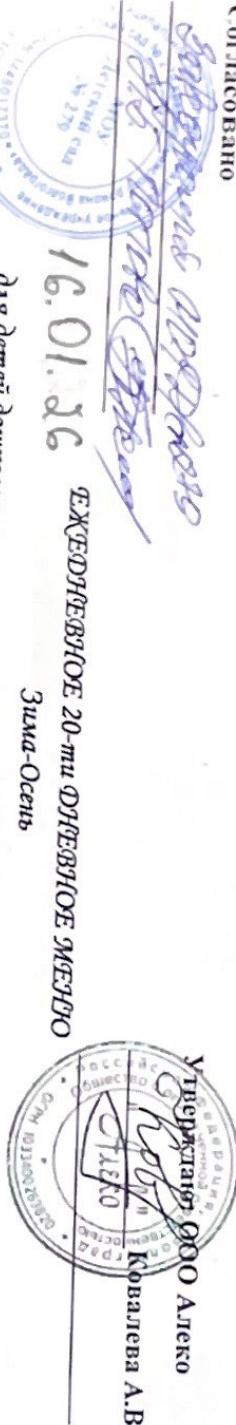
Утвержден ООО Алеко

Ковалева А.В.

16.01.26 ТЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	№ рец-турн	Сборник рецептур
Неделя 1						
Вариант 5						
Завтрак						
КАША ЖАДКАЯ (зерновая) ТТК №104		150	6,4	4,6	23,4	159,2 ТТК №104
КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395		150	2,3	1,8	11,4	71,3 205
БУТЕРБРОД С ДРОЖДАМИ И ПОВЫШЕННОЙ №2		305,20	2,3	3,7	27,4	155,7 2
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2
2 Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399		180	0,9	0,2	17,7	75,1 319
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1 2011
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33		30	0,4	1,0	2,5	29,5 33 2011
СПЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЫШЕ ТТК №87		150	2,1	2,3	11,7	75,8 ТТК №17
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67		130	10,9	15,9	36,5	201,9 ТТК №17
КУССЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДРОЖДА, ВАРЕНЬЯ №33		150	0,1	0	21,1	84,8 38,3
ХЛЕБ ПЕЧЕВАНИЙНЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8 2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5
Упомянутый						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
КОЛБЕТЫ БАТОЧНЫЕ РЫБНЫЕ ЗАЛЕСЕННЫЕ ТТК №77		30	0,5	2,7	2,3	35,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛАВЯНСКИМ №125		50	4,9	5,7	4,8	64,1 ТТК №77
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №28		120	2,4	3,3	19	113,7 125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		180	0,6	0,3	18,1	85,3 308
Итого за Упомянутый		30	2,3	0,2	15,1	71 2011
полдник						
Всего за день:		410	10,8	12,2	59,3	377,8
Повар	Борисовна З.З.					

Согласовано

Законченко Марина А.В.



Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,6	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
Завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
Итого за завтрак		30/5/20	2,3	3,7	27,4	195,7	2	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	435	13,2	11,6	73,5	457,4		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬЮНЕ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №67	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	393	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДА ДЖЕМА, ВАРЕНИЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6		
	ХЛЕБ ПЕКЕЛЬВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		610	35,4	36,1	90,1	833,0		
Уппотненный попдник	ИКРА КАЛАЧКОВАЯ КОНСИЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	50,5		
	КОЛЛЕТЫ ИМИ БАТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,6	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	85,3	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уппотненный попдник		470	16,7	15,4	69,5	506,5		
Всего за день:		66,3	63,3	252,7	1 880,4			
Повар	<i>Бахорова Ольга З.З.</i>							