Согласовано МКУ Д/С №305
Заведующий
Женщинякова
Утверждено 17.03.2025

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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 Вариант 6 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 | 150 | 6,1 | 3,4 | 26,8 | 163 | ТТК №83 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 365 | 11,2 | 6,4 | 59,5 | 340,7 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 150 | 2,3 | 1,9 | 12,1 | 74,2 | ТТК №88 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,6 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| Итого за обед | | 540 | 15,3 | 12,9 | 69,2 | 463 | | |
| Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 130/40 | 10,3 | 18,3 | 43,9 | 344,3 | ТТК №152, 477 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 16 | 22,3 | 89,5 | 586,6 | | |
| Всего за день: | | | 43,3 | 42,4 | 237,2 | 1481,5 | | |

Повар