

Согласовано ММУ В/с №305

Медсестра

Медсестра

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			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7 Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2011
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	355	11,7	10,8	31,7	316		
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	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №64, 354	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	372	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	71,4	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	563,4		
	Итого за обед		560	22,1	12	86,8	143,9	ТТК №65
Уплотненный полдник	ТЕ-ФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	123,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	4	18,4	87,6	394	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	450,1		
Итого за Уплотненный полдник		430	15,1	14,3	67,7	1404,6		
Всего за день:			49,8	37,3	203,9			

Повар