

Сотласовано

Maryland

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Зима-Осень

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

Утверждено 000

ИВЕРЖИТАТ - 000 Алеко  
Ковалева А.В.

| Примем пищи<br>Неделя 3<br>Вариант 15 | Примем пищу, наименование блюда            | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------|--|-----------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                       |  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                               | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЮ (ПРЕЧЕВСОМ) ТТК №105 | 150             | 4,4              | 4,1     | 12,5        | 106,5                            | ТТК №105     | 2011                |
|                                       | БАТОН                                      | 150             | 2,3              | 1,8     | 11,4        | 71,3                             | 395          |                     |
|                                       | СЫР (ГОРЦИЯМИ) №7                          | 45              | 3,4              | 1,3     | 23,1        | 117,9                            |              |                     |
| Итого за завтрак                      |  | 350             | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                             | 7            | 2011                |
| 2 Завтрак                             | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                | 200             | 0,8              | 0,9     | 19,0        | 91,2                             | 388          | 2011                |
| Итого за 2 завтрак                    |  | 200             | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                             |              |                     |
| Обед                                  | КАРА КЕАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 30              | 0,6              | 2,7     | 2,3         | 35,7                             |              |                     |
|                                       | СУП С КРУПЮЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44    | 150             | 1,8              | 1,8     | 10,1        | 64,2                             | ТТК №44      |                     |
|                                       | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                      | 130             | 10,9             | 15,9    | 36,5        | 291,9                            | ТТК №67      |                     |
|                                       | ХЛЕБ ИЗ ПОПИДЫ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383        | 150             | 0,1              | 0       | 21,1        | 84,8                             | 383          | 2011                |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20              | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                             |              |                     |
| Итого за обед                         |  | 500             | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                               |              |                     |
| Упомянутый подзаголовок               | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61 | 50              | 6,3              | 8,5     | 15,1        | 144,96                           | ТТК №61      |                     |
|                                       | САУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344               | 110             | 2                | 4,3     | 10,8        | 97,7                             | 344          | 2011                |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 180/107         | 0,2              | 0       | 10          | 41,7                             | 393          | 2011                |
|                                       | БЛЮДКА ВЕСЛУКА №473                        | 20              | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                               |              |                     |
|                                       | Итого за Упомянутый подзаголовок           | 427             | 14               | 15,9    | 75,2        | 491,28                           | 473          | 2011                |
| Всего за день:                        |  |                 | 42,3             | 46,1    | 229,4       | 1459,26                          |              |                     |



Секрет  
1979

Зима-Осень

Удостоверено: 000 Алеко  
КОВАЛЕВА А.В.

| Прием пищи                   |  | Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептов |
|------------------------------|--|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                              |  |                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 15       |  |                                     |              |                  |         |             |                               |            |                  |
| Завтрак                      |  | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)  | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №105   |                  |
|                              |  | СЫР (ПОРЦИЙМИ)                      | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7          | 2011             |
|                              |  | КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ         | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395        | 2011             |
|                              |  | БАТОН                               | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |            |                  |
| Итого за завтрак             |  |                                     | 430          | 13,7             | 11,4    | 52,8        | 399,6                         |            |                  |
| 2 Завтрак                    |  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)              | 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                         |  | КАРКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ   | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368        | 2011             |
|                              |  | СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ    | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          | ТТК №44    |                  |
|                              |  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                       | 180          | 2,2              | 1,9     | 12,9        | 78,0                          | ТТК №67    |                  |
|                              |  | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЯ    | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | 383        | 2011             |
|                              |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         |            |                  |
| Итого за обед                |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |            |                  |
|                              |  |                                     | 20           | 1,5              | 9,7     | 9,7         | 46,0                          |            |                  |
|                              |  |                                     | 630          | 37,0             | 38,1    | 98,2        | 887,2                         |            |                  |
| Уплотненный полдник          |  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 224,5                         | ТТК №61    |                  |
|                              |  | РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)            | 150          | 2,8              | 5,9     | 14,9        | 134,6                         | 344        | 2011             |
|                              |  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180/197      | 0,2              | 0,2     | 10,0        | 41,7                          | 393        | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |            |                  |
| Всего за день:               |  |                                     | 447          | 15,9             | 21,3    | 51,0        | 481,8                         |            |                  |
| Повар                        |  |                                     | 68,4         | 71,6             | 221,0   | 1 829,8     |                               |            |                  |