

Согласовано

*Заведующий отделом детского питания*

*Т.В. Ковалева*

*Составлено для расчета ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ*  
*от 14.08.2011*

Утверждено: *Алеко*

*Ковалева А.В.*



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 |                               |              |                  |
| Завтрак                      | Икра кабачковая консервированная                             | 30           | 0,6              | 2,7     | 35,7                          |              |                  |
|                              | Омлет натуральный ТТК №72                                    | 130          | 8,1              | 8,4     | 180,3                         | ТТК №72      |                  |
|                              | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392        | 180/10       | 0,1              | 0       | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              | Батон                                                        | 40           | 3                | 1,2     | 104,8                         |              |                  |
| Итого за завтрак             |                                                              | 390          | 11,8             | 12,3    | 380,2                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | Сок яблочно-виноградный №399                                 | 180          | 0,9              | 0,2     | 75,1                          | 399          | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                           | 180          | 0,9              | 0,2     | 75,1                          |              |                  |
| Обед                         | Помидоры соленные                                            | 30           | 0,3              | 0       | 4,1                           |              |                  |
|                              | Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28 | 150          | 1,5              | 3       | 62,4                          | ТТК №28      |                  |
|                              | Голубцы ленивые ТТК №75                                      | 120/15       | 7,6              | 10,4    | 11,3                          | 177,2        | ТТК №75          |
|                              | Компот из свежих плодов №372                                 | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4                          | 372          | 2011             |
|                              | Хлеб пеклеваный                                              | 20           | 1,3              | 0,2     | 40,8                          |              |                  |
|                              | Хлеб пшеничный                                               | 20           | 1,5              | 0,1     | 46                            |              |                  |
|                              | Итого за обед                                                | 505          | 12,3             | 13,8    | 402,3                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60                       | 50/30        | 8,3              | 9,8     | 154,2                         | ТТК №60      |                  |
|                              | Макаронные изделия отварные с маслом №205                    | 110          | 4,1              | 26,3    | 166,1                         | 205          | 2011             |
|                              | Напиток из плодов шиповника №398                             | 180          | 0,6              | 0,3     | 68,3                          | 398          | 2011             |
|                              | Хлеб пшеничный                                               | 30           | 2,3              | 0,2     | 71                            |              |                  |
|                              | Булочка ванильная №467                                       | 50           | 4,1              | 3,9     | 167,3                         | 467          | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                              | 450          | 19,4             | 104     | 646,9                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                              |              | 44,4             | 44,9    | 215,6                         |              |                  |
| Повар                        |                                                              |              |                  |         |                               |              |                  |