

Согласовано

И.А. Юрова

Заведующий

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

Зима-Осень

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 12	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
		Итого за завтрак	365	17,4	12,7	44,4	362,6	
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
		Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
Обед	Итого за обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	74,7	ТТК №47
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
		Итого за обед	520	15,2	21,5	79,2	565,16	
		ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №156, 477
		СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4	
Итого за Употребленный подник	Всего за день:	Итого за Употребленный подник	410	22,5	22	77,4	645,2	
		Всего за день:		55,9	57	220	1665,16	

Повар