

СОГЛАСОВАНО

МОУ

Детский сад № 7

Мой ребенок здоров

До конца года

Заведующий
И.А. Юрова

Юрова

для детей дошкольного возраста 3-7 лет (обед) при 4-часовом пребывании

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Утверждено: 000 Алеко

Ковалева

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		60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,7	5,5	7,5	93,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ	80	13,3	13,4	12,6	226,5	ТТК №61	2011
	КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		750	27,3	28,4	111,5	825,0		
Итого за обед								

Повар _____