

Согласовано

Исх. № 11
 Руководитель
 Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Утверждено: ООО Алго

Ковалева А.В.



для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Премь пищи	Премь пищи, наименование блюда	Масса порциям	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жир, г	Углеводк, г			
Завтрак Вариант 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮМ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	14,0	131,6	ТРК №107	2011
	КОФЕЯНЫЙ ПИРАТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	15,4	92,6	365	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	3470	2,8	7,5	17,7	147,7	1	2011
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	43,1	372,2		
2 Завтрак	БЕЛЮКИ, ЗАПЕЧИВАЮЩИЕ ПИЦКОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	368	2011
Итого за 2 завтрака		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМАДОРА СОЛЕНАЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТРК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	2,1	13,9	62,7	ТРК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	180	15,2	8,0	33,5	297,2	ТРК №84, 348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	69,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИИ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	870	23,9	11,8	105,8	640,7		
Уплотненный полдник	ЯЙРА СВЕ КОЛЫСАИ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВЧАЯ)	50	1,1	2,4	5,5	49,9	54	2011
	КОТЛЕ ТА РУБЕЖНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СЫРАНЫМ С ТОМАТОМ	7050	12,4	10,5	14,1	238,4	ТРК №82, 359	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,8	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/197	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	80,5		
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,0	187,3	487	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	602	23,6	24,6	98,6	724,1		
Итого за день:			68,1	51,0	284,4	1892,0		

Повар