



СОГЛАСОВАНО
 Директор ФНИИИХ им. В.П. Остроумова
 МОУ
 Детский сад № 7

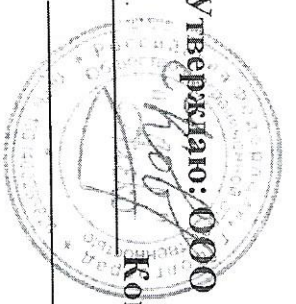
Иванов И.И. 000 и №

Воспитатель Воронцова И.И.

Заведующий
 И.А. Юрова

Юрова И.А.

Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 17	ЗАВТРАК	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102		
		КАША вязкая молочная (рисовая)				87,6	394	2011	
		ЧАЙ с молоком или сливками	180	2,7	2,3	14,0	141,6	3	2011
	Итого за завтрак	360/570	4,4	6,7	14,6	57,0	425,4		
	БУТЕРБРОД с сыром	405	9,8	16,2					
	Итого за завтрак	405	9,8	16,2					
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
		САЛАТ из белокочанной капусты				76,6	ТТК №200		
		БОРЩ на мясо-костном бульоне со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	203,3	ТТК №60	2011
		ФРИКАДЕЛЬКИ в соусе (говядина)	70/30	11,5	13,1	8,3	188,4	205	2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	102,6	383	2011
		КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	81,6		
	Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	93,7	696,6		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	685	21,2	24,6					
Уплотненный полдник		150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477		
		ЗАПЕКАНКА из творога с соусом молочным сладким с ванилью				102,8	401	2011	
		СНЕЖОК №401	200	5,6	4,9	7,8	104,8		
	БАТОН	40	3,0	1,2					
Итого за Уплотненный полдник		480	36,7	27,4	58,5	647,3			
Всего за День:			68,7	68,4	228,8	1852,7			

Повар _____