

СОГЛАСОВАНО

Игорь Викторович Савин

Доцента кафедры

Заведующий И.А. Юрова

ФЕДЕРАЛЬНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 День 17	Завтрак	КАША вязкая молочная (Рисовая) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
		ЧАЙ с МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №94	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		БУТЕРБРОД с СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
	Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	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		САЛАТ из БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		БОРЩ на МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	2011
		ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/20	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		КИСЕЛЬ из ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ ПЕКТЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5			
	ЧАЙ с САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	247,9			
Ужин	ЗАПЕКАНКА из ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477		
	ЧАЙ с ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
Итого за Ужин		452	31,7	22,6	63,2	599,3			
2 Ужин	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
	Итого за 2 Ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		180	72,7	72,9	287,5	2 145,1			

Повар