

СОГЛАСОВАНО

И.А. Юрова
 Заведующий

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

Утверждено: ООО Алко
 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 4 Вариант 20	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ГОРЦИЯКИ) №7	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
		160	2,4	1,9	12,2	76,1	395			
		40	3	1,2	20,6	104,8	7			
		5	1,2	1,5	0	17,7				
		355	13,6	8,1	61,9	373,7				
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №28	2011		
		150	1,5	3	7,1	62,4				
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61			
		110	2	4,3	10,8	97,7	344			
		150	0,1	0	21,1	84,8	383			
		40	2,6	0,4	17	81,6				
		25	1,9	0,2	12,5	59,2				
		555	15	19,1	85,9	566,36				
		Итого за обед		40	0,4	0	0,9		5,5	
		Итого за ужин		100/30	8,5	9,7	15,9		201,4	ТТК №32, 354
Итого за Уплотненный полдник		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46				
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2	14,9	83,4				
Итого за Уплотненный полдник		400	12	11,8	51,2	375,7				
Итого за день:			41,4	39,8	218	1406,96				

Повар