

Согласовано



*Шенникова Т.А.*

Утверждено: ООО Алеко

*Шенникова Т.А.*



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>397</b>			
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	0	0	11,6	46,5	376	2011
	<b>Итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>19,5</b>	<b>15,8</b>	<b>56,5</b>	<b>448,6</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>13,18</b>	<b>73,7</b>	<b>482,06</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>50,5</b>	<b>43,78</b>	<b>188,5</b>	<b>1402,76</b>			

Повар