



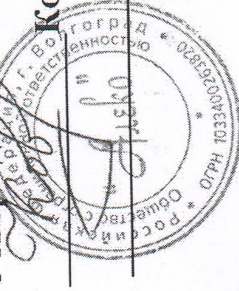
Согласовано

Заведующий *19.05.2015*

Беркова Т.А.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 4							
Вариант 17							
Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102
	ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394
	БУТЕРБРОД с СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед	САЛАТ из БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20
	БОРЩ на МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200
	ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина)	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
	КИСЕЛЬ из ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	696,6	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА из ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	
Итого за Уплотненный полдник		480	36,7	27,4	58,5	647,3	
Всего за день:			68,7	68,4	228,8	1 852,7	

Повар _____