



Согласовано
 [Signature]
 [Signature]

7.04.2012 ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алко
 [Signature]
 [Signature] Новалгева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	САЛОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
Итого за завтрак		330	6,5	4,6	33,2	198,6		
2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,6	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,5	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	2011
	ПИВО ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
Итого за обед		410	13,4	20,2	68,5	408		
Уплотнительный полдник	СФЕЖЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №33	180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за Уплотнительный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
		437	14,4	13,8	71,1	434,9		
Всего за день:		40,4	41,0	238,2	1414,4			

Повар [Signature]

Согласовано



Давыдова И.В.
И.В. Ромаш

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алёко
 Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (геркулесовая)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104		
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,4	7	2011
		Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
		Итого за завтрак	420	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
		Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		Обед	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
		Салат из свежих	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		Итого за 2 завтрак	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох) на курином бульоне	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011	
		Плов из птицы	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		Хлеб пшеничный	30	2,0	0,3	61,2	46,0		
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	48,2		
		Итого за обед	610	37,9	36,5	85,8	448,2		
Уплотненный полдник	Сметана из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
		Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	2011
		Чай с лимонном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		Печенье шоколадное	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник	487	20,2	13,0	76,9	514,4				
Всего за день:			72,0	61,7	252,5	1874,2			

Повар *Кочунова З.З.*