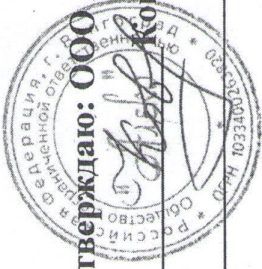


Согласовано *Иванова И.В.* №305

*Заведующий*  
*Иванова И.В.*  
*Утверждено* 10.01.2025

Утверждаю: ООО Алеко

*Иванова И.В.*  
Ковалева А.В.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 4</b>								
<b>Вариант 17</b>								
<b>Завтрак</b>								
	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	2011
	БУТЕРБРОД с СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
<b>Итого за завтрак</b>		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
<b>2 Завтрак</b>		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
<b>Обед</b>								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	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	2011
	КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
<b>Итого за обед</b>		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
<b>Уплотненный полдник</b>		150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	ЗАПЕКАНКА из ТВОРОГА с соусом молочным сладким с ванилью	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	КЕФИР	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН							
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		480	36,7	27,4	68,5	647,3		
<b>Всего за день:</b>			68,7	68,4	228,8	1 852,7		

Повар *Иванова И.В.*