

Согласовано

*Заведующий МБУ Детский сад № 28А  
Сидорова Т.В. Ковалева  
Соборное деп. сан. нд  
От 17.08.2015*



Утверждаю: ООО Алеко

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	400	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	7	2011
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	399	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
	Итого за обед		640	26,9	19,9	86,8	634,7
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	ТТК №151, 477	
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5	
Всего за день:			82,9	58,9	230,7	1 804,3	

Повар \_\_\_\_\_