

Согласовано

Ирина Ивановна № 334

В.В. Алексеев З.А.

01.06.2016

Утверждено: ООО Алеко

В.В. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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			
Неделя 1 Вариант 3	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манна) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	323,4	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2		17,7	75,1	399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2		17,7	75,1	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0		0,5	3,9	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5		7,5	91,2	ТТК №28
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8		25,3	215,6	ТТК №79
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0		7	29	393
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЯНЫЙ	20	1,3	0,2		8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1		9,7	46	
Итого за обед		540	14,6	12,1		58,5	426,7	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4		4	33,4	324
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7		16,9	167,96	ТТК №61, №354
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕПЧЕНАЯ) №166	110	5,7	6,4		26,3	191,4	166
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1		20,9	86	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2		15,1	71	
Итого за Уплотненный полдник		440	15,4	17,8		83,2	549,76	
Всего за день:			44	39,1		206	1402	

Ответственное лицо _____