

Согласовано

Заведующий отделом №239

С.М. Алексеева зав.

01.06.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
		Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,0	426,9	
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед		Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8	
		Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202
		Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348
		Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
		Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
Уплотненный полдник		Творожки с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65
		Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321
		Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	
		Булочка вешушка	50	4,0	3,0	29,6	180,9	473
Итого за Уплотненный полдник	Всего за день:		530	22,7	22,7	92,5	677,9	2011
				67,5	63,0	229,5	1794,4	

Ответственное лицо _____