

Согласовано

Заведующий МОУ ДОСР

В.В. Мамеев

01.06.2025

Утверждено: ООО Алеко

С.А. Ковалева Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19	Завтрак	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	50,5	
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
	Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2		19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6	83,4	2011
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
Итого за обед			50	3,8	0,3	25,1	118,4	
			670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
	Итого за 2 полдник		450	22,1	21,0	72,8	579,3	
Всего за день:				68,6	64,4	218,6	1 807,4	

Ответственное лицо _____