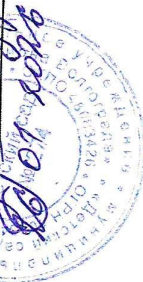


Согласовано

Заведующий Муз Детской сад №104

Ирина Александровна СС



Утверждено: ООО Алеко
Ирина Николаевна Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104 | 180 | 7,8 | 5,5 | 29,0 | 197,6 | ТТК №104 | |
| | КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 200 | 3,1 | 2,4 | 17,1 | 103,1 | 395 | 2011 |
| | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,4 | 156,7 | 2 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 435 | 13,2 | 11,6 | 73,5 | 457,4 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 399 | 2011 |
| | Итого за 2 завтрак | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20 | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,5 | 44,1 | | |
| | СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 | 180 | 2,3 | 2,1 | 13,9 | 85,2 | ТТК №87 | 2011 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 28,9 | 31,2 | 24,8 | 499,1 | ТТК №67 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 180 | 0,1 | 0,0 | 25,7 | 102,6 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | | |
| Итого за обед | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | | |
| Полдник | ПЕЧЕНЬЕ | 630 | 36,9 | 36,2 | 99,8 | 879,0 | | |
| | Итого за Полдник | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | | |
| Ужин | КАКАО С МОЛОКОМ №397 | 200 | 3,9 | 3,3 | 16,5 | 112,6 | 397 | 2011 |
| | Икра, КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 250 | 7,7 | 8,2 | 53,7 | 321,1 | | |
| | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 | | |
| Итого за Ужин | КАРТОВЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 70 | 9,5 | 6,9 | 6,8 | 135,8 | ТТК №77 | |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИГОВНИКА №398 | 130 | 2,5 | 3,5 | 20,6 | 128,3 | 125 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | 398 | 2011 |
| Итого за Ужин | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | | | |
| 2 Ужин | КЕФИР №401 | 470 | 16,7 | 15,4 | 69,5 | 506,6 | | |
| | Итого за 2 ужин | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | 401 | 2011 |
| Всего за день: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | | | |
| Ответственное лицо | | 80,6 | 76,0 | 323,1 | 2 340,0 | | | |