

Согласовано



Заведующий лабораторией
Ирина Викторовна

Утверждаю: *Алеко*



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 4 Вариант 18 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	1,7	81,6	46	
		20	1,5	0,1	9,7	59,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	520	17,6	20,7	94,8	596,6		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) ТТК №344	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:			39,5	39,8	233,8	1 408,8		
Ответственное лицо								