



Согласовано

Заведующий *Мед. Д. К. Гаг*
Д. Д. Д. Д. Д.



Утверждаю: ООО Алеко

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	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3	Завтрак	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
	Итого за завтрак	445	14,4	9,8	51,8	351,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АВРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Итого за обед	647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
		70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	Итого за Уплотненный полдник	580	28,5	26,6	130,6	898,0		
	Всего за день:		60,3	49,1	274,1	1 820,2		

Ответственное лицо _____