

Согласовано
Заведующий
М.А. Нелюба

Утверждено: ООО Алеко
Заведующая
А.В. Ковалева

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			
Неделя 1 День 1	Завтрак							
		180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за завтрак	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
		420	9,7	14,4	45,8	374,7		
2 Завтрак		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		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	Итого за обед	380	21,3	21,2	34,6	420,6		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0	376	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
	Итого за Полдник	250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	Итого за Ужин	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		480	16,9	16,6	64,4	487,5		
2 Ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Всего за день:		63,0	61,2	273,6	1 943,8		
	Ответственное лицо							