

Согласовано

МОУ ДОУ № 305
 Заведующий А.И.И.
 Д.И. Александрова
 29.05.2016



Утверждено: ООО 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 рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 3 | | | | | | | | |
| Вариант 14 | | | | | | | | |
| Завтрак | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 130 | 8,1 | 8,4 | 6,5 | 180,3 | ТТК №72 | |
| | 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 | | 390 | 11,8 | 12,3 | 39,2 | 360,2 | | |
| 2 Завтрак | | | | | | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| Обед | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | | |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28 | 150 | 1,5 | 3 | 7,1 | 62,4 | ТТК №28 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,6 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | 372 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | | |
| Итого за обед | | 505 | 12,3 | 13,8 | 54,7 | 402,3 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Уплотненный полдник | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60 | 50/30 | 8,3 | 9,8 | 15,6 | 154,2 | ТТК №60 | |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 | 110 | 4,1 | 4,4 | 26,3 | 166,1 | 205 | 2011 |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | 398 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 450 | 19,4 | 18,6 | 104 | 646,9 | | |
| Всего за день: | | | 44,4 | 44,9 | 215,6 | 1 484,5 | | |

Ответственное лицо _____