

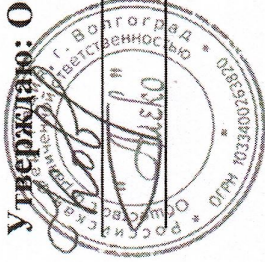
Согласовано

*Заведующий*  
*МДОУ Детский сад № 10*



Утверждаю: 000 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	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	191,3	ТТК №83		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	41,7	393	2011	
	БАТОН	30	2,3	0,9	78,6			
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	0,0	36,4	7	2011	
<b>Итого за завтрак</b>		417	12,1	8,1	348,0			
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	91,2	368	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	200	0,8	0,8	91,2			
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	6,5			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	89,2	ТТК №88		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	234,4	ТТК №75		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	61,9	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	118,4			
<b>Итого за обед</b>		720	23,4	16,0	612,4			
<b>Уплотненный полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	ТТК №152, 477		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	46,0			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	167,3	467	2011	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		467	24,9	22,1	659,3			
<b>Всего за день:</b>			61,2	47,0	254,7	1 810,9		

Повар \_\_\_\_\_