

Согласовано



*Заведующий МОУ Детский сад №180*

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

**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-тур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 9</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	БАТОН	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		400	17,9	12,5	59,4	422,7		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399							
<b>Итого за 2 завтрак</b>		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №66	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №66	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
<b>Итого за обед</b>		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,8	634,7		
<b>Полдник</b>	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467							
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
<b>Итого за Полдник</b>		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
<b>Ужин</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
<b>Итого за Ужин</b>		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		450	31,9	21,8	70,3	632,5		
<b>2 Ужин</b>	КЕФИР №401							
<b>Итого за 2 ужин</b>		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
<b>Всего за день:</b>		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
			87,0	62,7	281,8	2 072,5		

Ответственное лицо *Рамаиовича Е.М.*