

Согласовано



*22.05.2014*  
*М.П. Ковалева*  
 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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3</b>								
<b>День 14</b>								
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
<b>Итого за завтрак</b>		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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>	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
<b>Итого за обед</b>		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		660	20,0	17,4	71,0	533,3		
<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>	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54							
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	130	4,9	4,4	31,1	186,4	205	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	80,3	398	2011
<b>Итого за Ужин</b>		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		490	20,4	20,4	78,2	600,9		
<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	401	2011
			68,6	70,3	241,4	1 917,5		

Ответственное лицо *Домашовская Е.М.*