

22.06.2012

Согласовано



И. Сердюкович
И.А. Попова

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 | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 | 150 | 7 | 3,5 | 29,1 | 175,1 | ТТК №105 | |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 | 395 | 2011 |
| | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,4 | 156,7 | 2 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 395 | 14,6 | 10,2 | 88,5 | 507,9 | | |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 | 2011 |
| Обед | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 200 | 0,8 | 0,8 | 19 | 91,2 | | |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47 | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| Итого за обед | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 150 | 1,7 | 3 | 5,9 | 57,7 | ТТК №47 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 14,4 | 13,6 | 14,7 | 241,5 | ТТК №66 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| Итого за обед | | 520 | 19,1 | 16,9 | 50,9 | 436,4 | | |
| Уплотненный полдник | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 | 50 | 6,5 | 8,2 | 2,1 | 72,7 | ТТК №74 | |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 110 | 2,3 | 3,3 | 15,6 | 104,9 | 321 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| Всего за день: | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| | | 420 | 14,5 | 15,5 | 66,1 | 430,3 | | |
| Ответственное лицо | | 49 | 43,4 | 224,5 | 1465,8 | | | |

И.А. Попова 2.2

Согласовано

Заведующий отделом образования

К.В. Попова



Утверждаю, ООО 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 | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) | 180 | 8,3 | 4,2 | 35,7 | 213,4 | ТТК №105 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,1 | 2,4 | 17,1 | 103,1 | 395 |
| | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,4 | 156,7 | 2 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | |
| Итого за завтрак | | 455 | 15,2 | 10,9 | 90,5 | 525,6 | |
| 2 Завтрак | | | | | | | |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | |
| Обед | | | | | | | |
| | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 6,5 | |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 2,0 | 3,6 | 7,2 | 70,2 | ТТК №47 |
| | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | 14,4 | 13,6 | 14,7 | 241,5 | ТТК №66 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | 376 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | |
| | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 | |
| Итого за обед | | 630 | 21,7 | 20,6 | 76,1 | 580,7 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 11,8 | 6,6 | 3,1 | 122,6 | ТТК №74 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,7 | 3,9 | 18,5 | 124,4 | 321 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | 392 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 490 | 21,8 | 14,5 | 80,4 | 548,4 | |
| Всего за день: | | 59,5 | 46,9 | 266,0 | 1 745,9 | | |

Ответственное лицо *Заведующий 22*