

Согласовано

Заведующий МОУ Детский сад №140
Григорьев С.А. Шмелев

Утверждено: 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	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	
	Итого за завтрак	430	13,7	11,4	52,8	369,6		
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак							
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
			200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			630	37,0	38,1	98,2	887,2	
Уплотненный полдник								
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
			447	16,9	21,3	51,0	481,8	
		Всего за день:		68,4	71,6	221,0	1 829,8	

Ответственное лицо *Зав. Замоск. М.П.*