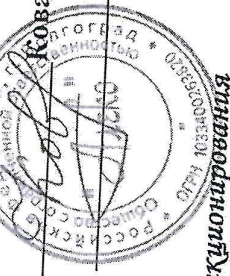


Согласовано

*Заведующий отделом детского оздоровления*  
*С.В. Туркина*  
 04.04.2010

Утверждаю: ООО Алеско

*С.В. 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 рецептов |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                  |                                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 4<br>Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106                   | 150          | 4,4              | 4,1     | 12,5        | 106,5                         | ТТК №106     |                  |
|                                  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                           | 150/78,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393          | 2011             |
|                                  | БАТОН                                                        | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131                           |              |                  |
|                                  | СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7                                            | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7            | 2011             |
|                                  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
| Итого за завтрак                 |                                                              | 565          | 10,3             | 7,9     | 64,2        | 375,4                         |              |                  |
| 2 Завтрак                        | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                            | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | 399          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак               |                                                              | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |              |                  |
| Обед                             | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                              | 30           | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                           |              |                  |
|                                  | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 150          | 2,3              | 1,9     | 12,1        | 74,2                          | ТТК №88      |                  |
|                                  | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (соевая) ТТК №65                            | 50/30        | 6,6              | 7,8     | 15,2        | 143,9                         | ТТК №65      | 2011             |
|                                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                    | 110          | 4,1              | 4,4     | 26,3        | 166,1                         | 205          | 2011             |
|                                  | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                               | 150          | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          | 376          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |              |                  |
|                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
| Итого за обед                    |                                                              | 580          | 16,1             | 14,4    | 84,1        | 521,6                         |              |                  |
| Уплотненный полдник              | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62                           | 50           | 6,1              | 8       | 8,1         | 109,6                         | ТТК №62      | 2011             |
|                                  | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                       | 110          | 2,3              | 3,3     | 15,6        | 104,9                         | 321          | 2011             |
|                                  | 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                            |              |                  |
|                                  | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                           | 20           | 1,4              | 6,3     | 11,3        | 107,1                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник     |                                                              | 400          | 11,4             | 17,7    | 54,5        | 407                           |              |                  |
| Всего за день:                   |                                                              |              | 38,7             | 40,2    | 220,5       | 1379,1                        |              |                  |
| Ответственное лицо               |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |