

Согласовано

Заведующий отделом детского сада - 24ч
Директор
 13.07.2013

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3	Завтрак							
		КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
Итого за завтрак		ЯИЦА ВАРЕННЫЕ №213	55	5,5	5,0	0,3	68,6	213
			44,5	14,4	9,8	51,8	351,7	
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
			200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,8	
			64,7	16,4	12,5	72,1	487,1	
Полдник		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,5	14,7	29,9	265,1	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
			250	6,8	7,4	52,8	305,8	
Итого за Полдник		ТЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
Итого за Ужин		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8	
			530	24,5	23,6	101,0	737,1	
2 УЖИН		КАШИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401
		Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
		Всего за день:		68,2	57,9	304,3	2 057,6	
		Ответственное лицо						