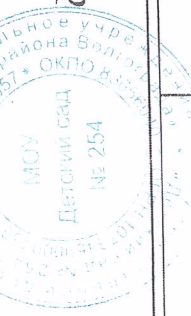


Согласовано

Заведующий МОУ № 254

И.А. Матвеева

20.07.2016



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	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5								
	Завтрак							
		180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	435	13,2	11,6	73,5	457,4		
Итого за завтрак								
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Итого за 2 завтрак								
		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	610	35,4	36,1	90,1	833,0		
Итого за обед								
		50	1,0	4,5	3,9	59,5		
Уплотненный полдник								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	470	16,7	15,4	69,5	506,6		
Итого за Уплотненный полдник								
			66,3	63,3	252,7	1 880,4		
Всего за день:								

Ответственное лицо