

Согласовано

Шу О Н Тоссовича

Утверждаю: 000 Алеко
"Алеко" Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ							
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		20	1,4	6,3	11,3	107,1		
Всего за день:		500	20,1	26,0	74,2	624,1		
Ответственное лицо			64,9	66,3	211,2	1 740,6		