



Согласовано

С.В. Козлов
С.В. Козлов

Утверждено: ООО Алеко
С.В. Козлов

ПЕЧЕНЕЖНОЕ 20-ти ПИЩЕВОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Бюджетная рецептура
Завтрак	ИЮРА САЛАМОНОВА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,0	2,2	2,2	33,7
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	8,4	16,5
	КАШ С МАЛОЖИРНЫМИ СЫРАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	16,2
	Чай	40	3	1,2	20,6	104,8
Итого за завтрак		350	14,3	14,9	46,6	237
2 Завтрак	СОК РЕКОНОСТИТУРАЦИОННЫЙ №399	180	0,0	0,2	17,7	75,1
Итого за 2 завтрак		180	0,0	0,2	17,7	75,1
Обед	СУПЦЕЛ СОБЕЛОВО	30	0,2	0	0,5	3,9
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №68	150	2,3	1,8	12,7	75,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Чай	40	3	1,2	11,8	46,5
Итого за обед		370	17,9	15,6	45,9	378
Успокоительный полдник	КОТЛЕТЫ БЛЮШКА, ЦИРДЕМ ОРЕХОВЫЕ ТТК №81	50	8,3	8,5	15,1	144,95
	КАША РАСПЕКАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНАЯ) №168	150	6,3	4,28	26,7	203
	Чай	40	0,1	0	9,8	39,4
Итого за успокоительный полдник		240	14,7	12,78	51,6	387,35
Всего за день		1000	36,3	33,58	181,6	1402,74

Согласовано

Утверждаю: 000

Ковалева А.В.

Зима-Осень

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 4 Вариант 19 Завтрак	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КИСЕЛЬ И РОДАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,4		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,3	18,9	2,9	249,4	ГТК №72	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
Итого за завтрак								
	Сок Яблочный-Абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	309	2011
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОНИМИ И КИСЕЛЬНЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	50,0	ГТК №88	
	ПИЦЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ГТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,6	375	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИФТЕКИ, ШНИЦЫ ИЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ГТК №61	
	КАША РАССЛАБЛЕНА С ОВОЩАМИ (ТРЕШНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	224,4	165	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИЛЕМ (ЧЕ-МОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ)	150(1)	0,1	0,0	9,8	39,4	362	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,3		
		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Итого за день:								
	Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1 807,4		