

Согласовано

Александрович *В.С. Ковалева*
В.С. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: ООО Алеко

А.В. Ковалева
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 2	ЗАВТРАК								
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		2011
	СЫР (ПОРЦИЙНЫМ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7		2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5			
		420	12,1	9,2	51,2	337,0			
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368		2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399		2011
	Итого за 2 завтрак	400	1,8	1,0	38,6	174,6			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
	ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67		2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2			
	Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		610	37,9	38,5	85,8	848,2			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3	125		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4			
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,4	6,3	11,3	107,1			
	Итого за Уплотненный полдник	487	20,2	13,0	76,9	514,4			
	Всего за день:		72,0	61,7	252,5	1 874,2			

Ответственное Лицо _____