

СОГЛАСОВАНО

Утвержденный № 1155

Д.С. Невтерова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алёко

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 3<br>Вариант 12       | Завтрак                                     | КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104 | 150              | 6,4     | 4,6         | 23,4   | 159,2                         | ТТК №104     |                  |
|                              |                                             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395     | 150              | 2,3     | 1,8         | 11,4   | 71,3                          | 395          | 2011             |
|                              |                                             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2  | 30/5/20          | 2,3     | 3,7         | 27,4   | 156,7                         | 2            | 2011             |
|                              | Итого за завтрак                            |                                     | 355              | 11      | 10,1        | 62,2   | 387,2                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                           | 180                                 | 0,9              | 0,2     |             | 17,7   | 75,1                          | 399          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак           |                                             | 180                                 | 0,9              | 0,2     |             | 17,7   | 75,1                          |              |                  |
| Обед                         | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33                         | 30                                  | 0,4              | 1,9     | 2,5         | 29,5   | 33                            |              | 2011             |
|                              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 | 150                                 | 2,1              | 2,3     | 11,7        | 75,8   | ТТК №87                       |              |                  |
|                              | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                       | 130                                 | 10,9             | 15,9    | 36,5        | 291,9  | ТТК №67                       |              |                  |
|                              | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393      | 150                                 | 0,1              | 0       | 21,1        | 84,8   | 383                           |              | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20                                  | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8   |                               |              |                  |
| Итого за обед                |                                             | 40                                  | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7   |                               |              |                  |
|                              |                                             | 520                                 | 17,9             | 20,5    | 100,4       | 617,5  |                               |              |                  |
| Уплотненный                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 30                                  | 0,6              | 2,7     | 2,3         | 35,7   |                               |              |                  |
|                              | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77  | 50                                  | 4,9              | 5,7     | 4,8         | 64,1   | ТТК №77                       |              |                  |
|                              | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ СЛИВОЧНЫМ №125            | 120                                 | 2,4              | 3,3     | 19          | 118,7  | 125                           |              | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 180                                 | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3   | 398                           |              | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |                                             | 30                                  | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71     |                               |              |                  |
|                              |                                             | 410                                 | 10,8             | 12,2    | 59,3        | 377,8  |                               |              |                  |
| Всего за день:               |                                             |                                     | 40,6             | 43      | 239,6       | 1457,6 |                               |              |                  |

Ответственное лицо