



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Согласовано  
 [Signature]  
 [Signature]

**ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 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 3<br>Вариант 11            |  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                           | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ (РИСОВОЙ) ТТК №107                  | 150          | 3,6              | 3,9     | 12,3        | 100,8                         | ТТК №107     |                  |
|                                   | КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                          | 150          | 2,3              | 1,8     | 11,4        | 71,3                          | 365          | 2011             |
|                                   | СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7                                       | 5            | 1,2              | 1,5     | 0           | 17,7                          | 7            | 2011             |
|                                   | БАТОН  | 45           | 3,4              | 1,3     | 23,1        | 117,9                         |              |                  |
|                                   | Итого за завтрак   | 350          | 10,4             | 8,5     | 46,8        | 307,7                         |              |                  |
| 2. Завтрак<br>Итого за 2 завтрака | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388                        | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         | 369          | 2011             |
|                                   |  | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         |              |                  |
| Обед                              | ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ   | 30           | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                           |              |                  |
|                                   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87         | 150          | 2,1              | 2,3     | 11,7        | 75,8                          | ТТК №87      |                  |
|                                   | МАХАРУНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕЧЬЮ (говядина) ТТК №64         | 150          | 14,8             | 7,5     | 31,5        | 272,7                         | ТТК №64      | 2011             |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                             | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                          | 372          |                  |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ   | 20           | 1,3              | 0,2     | 5,5         | 40,6                          |              |                  |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ   | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
|                                   | Итого за обед  | 520          | 20,1             | 10,3    | 80,2        | 515,7                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54            | 30           | 0,4              | 1,5     | 2,3         | 24,6                          | 54           | 2011             |
|                                   | КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354 | 50/80        | 6,5              | 0,2     | 0,9         | 132,6                         | ТТК №62, 354 | 2011             |
|                                   | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                   | 110          | 2,3              | 3,3     | 15,8        | 104,9                         | 321          | 2011             |
|                                   | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393                                      | 180/107      | 0,2              | 0       | 10          | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ   | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      | 50   | 4,1          | 3,9              | 28,9    | 167,3       | 467                           | 2011         |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      | 487  | 15           | 18               | 78,7    | 518,5       |                               |              |                  |
| Всего за день:                    |  | 46,2         | 37,3             | 238,6   | 1478,9      |                               |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_