

Согласовано

Ирина Коваленко
Заведующий отделом питания № 345



Утверждено: ООО Алеко

Ирина Коваленко
А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 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	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3								
Вариант 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №105	150	4,4	4,1	12,5	108,5	ТТК №106	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №856	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,5		
	СЫР (ПОРЦИОН) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	СРУПТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,6	0,8	18,0	91,2	371	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
Итого за обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,8	38,5	291,9	ТТК №67	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВАДША, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №883	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
Итого за обед		500	16,2	20,7	88,5	564,8		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕРНЫЕ ТТК №51	50	6,3	8,5	15,1	144,98	ТТК №51	
	РАДУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №353	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСУШКА №473	50	4	28,5	28,5	150,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		427	14	15,8	72,7	600,86		
Всего за день:		42,3	46,1	227,2	1470,25			

Повар