

Согласовано

Ю.И. Гитманова С.А.
Заведующая отделом
09.01.2011

Утверждаю: ООО Алеко

А.В. Ковалев
 Ковалев 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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Каши молочная (овсяная) ТТК №33	150	6,1	3,4	28,8	183	ТТК №33	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №372	100г/10	0,1	0	9,6	39,4	392	2011
	Яйца вареные №213	64	6,6	5	0,3	68,6	213	2011
	Батон	20	3,5	0,6	10,3	62,4		
	Итого за завтрак	435	13,2	9	47,2	322,4		
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №390	150	0,9	0,2	17,2	75,1	390	2011
	Итого за 2 завтрак	150	0,9	0,2	17,2	75,1		
Обед	Суп-пюре соевый	30	0,2	0	0,5	3,9		
	Суп с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной ТТК №23	100г/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №23	
	Запеканка картофельная с мясом или птицей (печень) ТТК №79	150	10,0	0,2	25,3	215,8	ТТК №79	
	Чай с лимонным №313	150г/15,5	0,1	0	2	28	383	2011
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	6,5	42,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	6,5	42,8		
	Итого за обед	340	14,8	12,2	53,5	426,3		
Уплетенный перекус	Пюре из моркови и яблок (сок) №314	40	0,5	1,4	4	33,4	314	2011
	Котлета биточная, шницель русские с соусом сметанным ТТК №354	50г/20	6,7	9,7	15,0	187,66	ТТК №354	2011
	Закуска раскатанная с овощами (стручковая фасоль) №169	150	6,7	5,4	29,3	191,4	169	2011
	Компот из свежих фруктов №372	180	0,1	0,1	23,0	89	372	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплетенный перекус		440	15,1	17,8	62,0	547,75		
	Итого за день:		44	32,1	206	1422		

Листар