

Согласовано

Ирина



Утверждаю: ООО Алеко

Коналева А.В.

А.В. Коналева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г			
Неделя 3 Вариант 12 Завтрак	КАША КОЛБАСА (морожен.) ТТК №53	150	6.1	2.4	23.8	100	ТТК №53
	МОЛОКО ВТОРИЧНОЕ №50	100	4.2	3.7	7	78.6	400
	КАША ВАРЕНЬЯ №212	14	5.5	5	0.3	28.5	210
	БАТОН	20	1.5	12.8	52.4		
	Итого за завтраком	365	17.4	12.7	44.4	352.5	
2 Завтрак	БУЛКА С ВАРЕНЬЕМ (МОЛОКО) №58	200	0.8	0.8	15.0	81.2	353
	Итого за 2 завтраком	200	0.8	0.8	15.0	81.2	
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ №33	30	0.4	1.8	2.8	29.8	33
	ШАНИЦЕЛ ИЗ КУРИЦЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МАСЛЕ КОСТРОМ	150	1.4	4.0	5.7	74.7	ТТК №47
	БУЛОЧКА СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	50	6.2	8.5	15.1	144.95	ТТК №54
	ПОТЕЛЫ ВТОРИЧНОЕ, ШНИЦЕЛ ИЗ КУРИЦЫ ТТК №47	110	5.7	8.4	25.3	131.2	165
	КАША РАССЫЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ (СМЕТАНА) №126	100	5.1	5	21.1	84.5	203
	ИТОГО ЗА ПОДАЧА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	20	1.3	0.2	5.5	40.3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	510	15.2	21.5	79.2	538.15	
	Итого за обедом						
Успокоительный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150	12.5	10	30.5	374.5	ТТК №153, 477
	СМЕТАНА С ВАРЕНЬЕМ ТТК №156, №477	150	5.1	4.4	7	52.5	401
	СМЕТАНА №101	40	3.1	0.3	20.1	54.7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1.5	2	14.8	53.2	
	Итого за Успокоительным полдником	410	22.5	22	77.4	645.2	
Итого за днем:			55.9	57	230	1555.15	

Повар