

Утверждено: ООО Алеско

Ковалева А.В.

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 порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборная рецептура
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Нодела 3								
Вариант 14								
Завтрак	МЯСО КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	23,7		
	СОУПЕС НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	133	8,1	8,4	6,2	250,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180г	0,1	0	8,5	21,5	302	2011
	МНОЖ	40	3	1,1	23,6	104,3		
	БАТОН	193	11,3	12,3	29,3	263,3		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №39	130	0,6	0,1	17,7	75,1	303	2011
		130	0,6	0,1	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрака								
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С МАТОСКИ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ	130	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	СЫРОСЫР ТТК №78	120г	7,1	10,4	11,3	177,2	ТТК №78	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	17,4	71,8		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	17,4	71,8		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	17,4	71,8		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	17,4	71,8		
Итого за обед								
Удобрительный полдник	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №80	60г	8,1	9,3	15,6	164,2	ТТК №80	
	ВАРИАНТЫ ПОЛЕЗНЫХ ОТВАРОВ С МЯСНЫМ МЯСНЫМ	110	4,1	4,1	20,3	166,1	329	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЦИТРУСОВЫХ №396	30	0,6	0,1	18,1	20,3	358	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	20	0,1	0,1	15,1	71		
Итого за Удобрительный полдник	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	50	4,1	3,8	23,9	167,3	467	2011
Всего за день:								
		430	19,4	18,4	104	848,3		
			44,4	44,5	215,6	1 454,5		

Подпись