

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Копалева А.В.

09.01.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5	Завтрак	180	7.8	5.5	29.0	197.6	ТТК №104	
		200	3.1	2.4	17.1	103.1	333	2011
		200	2.3	3.7	27.4	153.7	2	2011
		435	13.2	11.6	73.5	457.4		
	Итого за завтрак							
	2 Завтрак	200	1.0	0.2	15.0	83.4	339	2011
		200	1.0	0.2	15.0	83.4		
	Обед	50	0.6	2.4	4.5	44.1	23	2011
		180	2.3	2.1	13.9	85.2	ТТК №67	
		180	23.9	31.2	24.8	429.1	ТТК №67	
	Ужин	180	0.1	0.0	25.7	102.8	333	2011
		50	3.3	0.4	21.2	102.0		
		510	35.4	36.1	94.1	833.6		
	Итого за обед							
УПОТРЕБЛЕНИЙ ПОЛДНИК	КАША КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1.0	4.5	3.9	59.3		
	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	70	9.5	6.0	6.6	135.0	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2.5	3.6	20.6	129.3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	18.1	83.3	338	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7		
Итого за Употреблений		470	16.7	15.4	90.5	506.6		
	Итого за день:		56.3	63.3	252.7	1393.4		

Свар