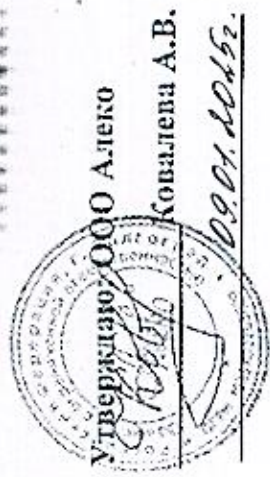


Согласовано



Врач педиатр
09.01.2015



Утверждено ООО Алеко
Ковалева А.В.
09.01.2015

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак							
	КОША ЖАРЕНАЯ (МАНЕЖ)	150	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,0	15,4	78,6		
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2,3	0,0	0,0	38,4	7	2011
	Итого за завтрак	417	12,1	6,1	56,8	349,0		
Завтрак								
	ОБУХТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
		230	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,9		
	СУЛО МАКАРОНИЧНОЕ ИЗДЕЛЯЕМЫ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	100	2,7	2,1	14,6	59,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	55,5	61,9	376	2011
Итого за обед								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		720	23,4	16,0	50,0	612,4		
Полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ЗАНИТЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	23,9	157,3	467	2011
Итого за полдник								
		467	24,9	22,1	63,3	659,3		
Итого за день			61,2	47,0	254,7	1 810,9		

Всего