

Согласовано

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	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7	Завтрак	50	1,0	4,5	3,9	59,6		
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	332	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,8		
		420	18,7	24,3	32,0	425,9		
Много за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АМРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,8	83,4	379	2011
		200	1,0	0,2	19,8	83,4		
Обед	КОМПОЗИЦИЯ СОСЕННИК СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ МАКАРОНИКИ С МЯСНОЙ ПЕЧЕНОЮ (соединяю) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ ПЕЧЕНАВЫЙ БУЛОЧКА БЕСШУКА	50	0,6	0,0	1,2	6,9		
		180/25	6,6	6,3	12,5	134,6	ТТК №232	
		180/30	15,2	9,0	33,2	297,2	ТТК №54, 348	2011
		180	0,1	0,1	20,9	85,0	372	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,5		
Много за обед		50	4,0	2,0	29,6	160,9	472	2011
		705	29,1	18,9	115,0	767,1		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ЛЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИЗКАМИ БАТОН ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	70	11,8	6,5	3,1	122,6	ТТК №74	
		130	2,7	3,6	18,6	124,4	321	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		30	2,3	0,5	15,4	78,8		
		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Много за Уплотненный полдник		450	21,3	15,9	67,5	506,3		
Итого за день:			70,1	55,2	234,1	1783,7		

Итого