

Согласовано

С.А. [подпись]

С.А. [подпись]

С.А. [подпись]



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	На рецептур	Сборных рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ОВЯСНАЯ (ПЕРКУТСОВАЯ)	100	7,8	5,5	29,0	137,0	ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,0	15,0	151,9	337	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	5,5	5,0	0,3	88,6	213	2011
	Итого за завтрак	425	18,4	14,1	54,6	430,5		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,3	91,2	268	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,3	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧЕЧНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,3	44,1	20	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/6	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	100	17,8	16,7	15,6	387,3	ТТК №575	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ	40	2,6	0,4	17,0	61,6		
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	633,4		
Полдник	ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (ПОВАРИНА)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,0	4,4	31,1	158,4	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШТАВЕННИКА	100	0,8	0,3	16,1	69,3	393	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВОСХИЩА	50	2,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за Употребленный полдник		510	23,6	20,4	114,9	761,3		
	Итого за день:		66,2	59,3	242,2	1 828,4		

созр