

Согласовано



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева 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	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫМ (РИСОВОМ)	180	4,5	4,4	18,0	131,8	ТТК №107	
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	82,8	366	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
	Итого за завтрак	405	9,9	14,1	48,1	363,6		
2 Завтрак	УПЕЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,9	31,9	137,0	388	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,9	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОУПЬЕ	50	0,6	0,0	1,2	8,8		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (средняя)	180	14,8	7,6	31,8	272,7	ТТК №64	
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за обед	670	23,9	11,9	105,8	648,7		
Плотный полдник	ШАР СВЕКОЛЬНЫЙ ИЛИ МОРКОВНЫЙ (МОРКОВНЫЙ)	50	1,1	2,4	6,6	45,9	64	2011
	КОТАЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	70/50	12,4	13,3	15,1	238,4	ТТК №2, 355	2011
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/107	0,2	0,0	10,0	41,7	303	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ЦАРИЦЫНА	50	4,1	3,6	28,8	167,3	467	2011
		602	23,6	24,6	93,6	724,1		
	Итого за день:		52,1	51,0	291,4	1878,4		

товар