

Согласовано

09.01.2011

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	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 13	Завтрак	180	8,3	4,2	35,7	212,4	ТТК N105	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	334	2011
		30520	2,3	3,7	27,4	159,7	2	2011
	Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	459,7		
Завтрак Итого за 2 завтрак	Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4		2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Суп из овощей	50	0,4	0,1	0,9	9,5		
	Суп с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	150	2,7	2,1	14,6	83,2	ТТК N153	
	Тефтели с соусом (пассата)	7030	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК N155	
	Капусту тушеная	130	2,5	4,0	12,5	103,9	335	2011
	Компот из сушеных фруктов	130	0,0	0,0	14,0	55,8	375	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		720	21,5	20,1	93,2	636,7		
Употребленный полдник	Суп из рыбы	70	11,8	6,6	2,1	122,0	ТТК N174	
	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,1	23,8	143,3	175	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	15010	0,1	0,0	9,3	39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Употребленный полдник	Булочка вешушка	50	4,0	3,0	29,6	150,9	473	2011
		530	21,1	13,5	81,4	542,2		
Итого за день:		573	44,4	26,7	267,3	1 820,0		

10989