

Согласовано

Директор ООО "АЛЕКО"
Ирина Александровна Ковалева

Утверждено ООО "АЛЕКО"

Ковалева А.В.

09.01.2012

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Примен. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборных рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневый)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №103	
	Сыр творожный	10	2,3	3,0	0,0	38,4	7	2011
	Корейский салат с яблоком	200	3,1	2,4	17,1	101,1	385	2011
	Салат	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак	430	13,7	11,4	52,8	369,6		
Завтрак	Фрукты свежие (апельсин, мандарин)	200	0,6	0,8	19,0	91,2	371	2011
	Итого за 2 завтрака	630	14,3	12,2	71,8	460,8		
Обед	Суп картофельный консервированный	50	1,0	4,5	3,0	59,5		
	Суп с крупой на курином бульоне	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	Пюре из птицы	180	23,9	31,2	24,8	492,1	ТТК №87	
	Хищель из говядины, джем, варенье	180	0,1	0,0	26,7	102,6	383	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	8,7	46,0		
	Итого за обед	630	37,0	38,1	96,2	887,2		
Плотный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №31	
	Рагу овощное (3 варианта)	180	2,8	6,6	14,9	134,5	344	2011
	Чай с лимоном	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Употребленный полдник		447	16,9	21,3	51,0	451,9		
	Итого за день	1077	69,4	71,6	221,0	1829,8		

Свар