

Согласовано

Утверждаю: ООО Алско

М.В. Ковалева
 МОУ "Средняя общеобразовательная школа № 20" г. Ижевск
 19.01.2015. Ежедневное 20-ти дневное меню
 345

Ковалева
 Ковалева А.В.
 19.01.2015.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	На рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 20								
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
	БАТОН	50	3,8	1,9	25,7	131,0		
Итого за завтрак		430	15,2	8,5	78,5	447,5		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	383	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011
	БОРИС С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ СУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	6,8	78,5	ТТК №23	
	КОЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,3	ТТК №81	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИЦА	40	2,8	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	71,0		
Итого за обед		700	22,4	39,9	96,3	762,3		
Уплотнитель полдник	ПОММОРОСЫ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		2011
	СРИЖДЕЛЬКИ ВКУШАЧКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	145/50	12,2	13,8	23,5	280,3	ТТК №32, 365	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10	0,1	0,0	9,8	30,4	332	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	71,0		
Итого за Уплотнитель полдник		410	15,2	14,0	49,6	407,5		
Итого за день:			53,6	52,8	243,5	1 808,5		

Товар