



Согласовано

Ирина Николаевна С.А.
И.Н.С.А. Николаева С.А.
19.01.2015

Утверждено: ООО Алеко
Ковалев А.В.

А.В. Ковалев
19.01.2015

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Итого за завтрак	КАША ЗАВТРАК (ПЕРЛОТОВАЯ) ТТК №104	130	7.9	3.2	29.0	197.5	ТТК №104	2011
	КАША С МОЛОКОМ №07	180	9.5	3.0	19.0	101.3	357	
	САЛО	20	1.5	0.6	13.3	52.4		
	ВРЕД ВАРЕНЬЕ №013	64	0.0	5.0	0.3	03.0	213	
Итого за завтрак			19.4	11.1	54.6	253.8		
Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №008	200	0.2	0.0	19.2	91.2	358	2011
		250	2.4	0.8	19.2	91.2		
Обед	САЛАНД ИЗ БЕЛОКАШНОГО МАСТИКА №02	50	0.8	1.4	4.3	44.3	20	2011
	САЛАНД ИЗ БЕЛОКАШНОГО МАСТИКА С КАРТОФЕЛЕМ НА ПОДЖАРЕМ №008	180	2.1	4.0	8.2	78.7	ТТК №107	
	ЖАРЕНАЯ ТРКА №1	150	12.4	13.7	13.6	287.0	ТТК №075	
	КАША ПЕРЛОТОВАЯ ТТК №104	130	7.9	3.2	29.0	197.5	ТТК №104	
Итого за обед		40	2.5	5.2	17.8	81.0		2011
		632	23.4	24.3	53.4	523.4		
Полдник	БЛАНДА БЕРЩОВА №12	50	4.0	3.0	21.0	102.0	473	2011
	КАША С МОЛОКОМ №07	180	9.5	3.0	19.0	101.3	357	
		250	4.1	3.3	31.4	203.3		
Итого за полдник								2011
Ужин	ПЕЧЕНЬ С СЫРОМ ПОШАРЫ ТТК №05	700	10.3	12.4	11.0	205.3	ТТК №05	2011
	ШАРПОННЕ ИЗ ПЛОДОВ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ №03	130	4.3	4.4	31.1	188.4	223	
	НАЧУТОК ИЗ ПЛОДОВ ОВОЩЕЙ №03	180	0.6	0.3	18.1	93.3	353	
	ЗАПЕЧЕННАЯ ЦЫПЛЕ	50	3.8	0.3	25.1	113.4		
Итого за ужин		460	13.6	17.4	85.2	520.4		2011
Итого за 2 ужина	КЕФИР №001	180	5.1	4.4	7.8	92.3	421	2011
		180	5.1	4.4	7.8	92.3		
Итого за день			71.4	83.7	253.0	1 923.3		
СВЕР								