**Согласовано**

Заведующий МБДОУ д/с № 333

**Утверждаю: ООО Алеко**

**Ковалева А.В.**

# *ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ*

## *Весна-Лето*

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

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборни рецепту |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 4 Вариант 17** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) | 180 | 2,7 | 7,2 | 28,4 | 196,2 | ТТК №102 | |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 180 | 2,7 | 2,3 | 14,0 | 87,6 | 394 | 2011 |
| | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/5/10 | 4,4 | 6,7 | 14,6 | 141,6 | 3 | 2011 |
| **Итого за завтрак** | | **405** | **9,8** | **16,2** | **57,0** | **425,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 399 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **Обед** | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,5 | 44,1 | 20 | 2011 |
| | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | 1,3 | 4,3 | 7,1 | 76,6 | ТТК №200 | |
| | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) | 70/30 | 11,5 | 13,1 | 8,3 | 203,3 | ТТК №60 | |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,9 | 4,4 | 31,1 | 188,4 | 205 | 2011 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | 0,1 | 0,0 | 25,7 | 102,6 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | | |
| **Итого за обед** | | **685** | **21,2** | **24,6** | **93,7** | **696,6** | | |
| | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/60 | 28,1 | 21,3 | 30,1 | 439,7 | ТТК №151, 477 | |
| | КЕФИР | 200 | 5,6 | 4,9 | 7,8 | 102,8 | 401 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **480** | **36,7** | **27,4** | **58,5** | **647,3** | | |
| **Всего за день:** | | | **68,7** | **68,4** | **228,8** | **1 852,7** | | |

Повар _____