

Согласовано



Утверждаю: 0000 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			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборни рецепту
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20	Завтрак							
		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БАТОН	3,8	1,5	25,7	131,0		
	Итого за завтрак	430	15,2	8,1	78,5	447,5		
2 Завтрак								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
			0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	1,0	4,5	3,9	59,5		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	2,6	0,4	17,0	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за обед	680	24,5	28,4	112,6	816,1		
Уплотненный полдник		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	0,6	0,0	1,2	6,8		
		ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за Уплотненный полдник	470	15,2	14,0	49,6	407,5		
	Всего за день:		55,7	51,3	259,7	1762,3		
	Повар							