

Согласовано

Заведующий МОУ г.п.к. 333

И.И.В. Рогов

09.01.2005

Методический
Сад № 333



Утверждаю: О.Ю. Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	149,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	37,3	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	34,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	33,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	33,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,0	15,2	10,0	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	111,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	11,9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	11,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	18,4		
	Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	119,9	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	118,5		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	31,1	395	2011
	Итого за Полдник	250	6,9	7,3	54,2	149,6		
Ужин	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	64,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №168	150	6,1	5,6	36,9	44,4	168	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	9,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	11,6		
Итого за Ужин		450	20,1	21,0	72,8	139,9		
Итого за 24 часа		1800	61,1	71,1	501,1	501,1		
Понедельник								

Понедельник