



20.12.2024 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Согласовываю
Заведующий
МОН *Семёнов Н.И.*
Велишева О.В.
501

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак Неделя 2 Вариант 10 | ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 130 | 8,1 | 8,4 | 6,5 | 180,3 | ТТК №72 | |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| Итого за завтрак | | 350 | 14,3 | 14,6 | 40,6 | 397 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | ОДУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,8 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КИБ ТТК №88 | 150 | 2,3 | 1,8 | 12,7 | 75,1 | ТТК №88 | |
| | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №65 | 150 | 14,4 | 13,6 | 14,7 | 241,5 | ТТК №65 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| Итого за обед | | 540 | 15,5 | 15,3 | 68,9 | 450,1 | | |
| Уплотненный полдник | КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 50 | 6,3 | 8,5 | 15,1 | 144,86 | ТТК №61 | |
| | КАША РАСОБЯТАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 | 120 | 6,3 | 6,9 | 28,7 | 208,5 | 166 | 2011 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 15,8 | 15,6 | 73,7 | 487,56 | | |
| Всего за день: | | | 46,5 | 45,7 | 198,9 | 1409,76 | | |

Повар *Сидорова*

ООО «Аленко»
ИНН 3443054280
МДОУ Детская сад № 362
ДЗР 6-9-30-летие Победы, 62