



23.12.2024 г

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 362



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107		
		180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011	
		35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011	
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	368,6			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) СОУС ТОМАТНЫЙ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ РЖАНОИ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №87		
		180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87		
		150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011	
		30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011	
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за обед		670	23,9	11,8	105,8	648,7			
Уплотненный подник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011	
		70/50	12,4	13,5	15,1	288,4	ТТК №62, 365	2011	
		150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		35	2,7	0,2	17,6	82,9			
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		Итого за Уплотненный подник		602	23,6	24,6	98,6	724,1	
Всего за день:			58,2	51,3	271,5	1 832,6			

Повар

ООО «Алеко»
ИНН 3443054280
МДОУ Детская сад № 362
ДЗР 6-р-30-летие Губ.адм. НН