



18.11.24.

ВЕЖДЕУВЕЖУОЕ 20-ТИ ДУВЕЖУОЕ МЕСУО

Зима-Осень

дзз дещей дошкудзьного возрзстз 1-3 лет, 12 часовей рещудз фукцюзонцрвзвзцз



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖЕЛТОКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №93	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
	Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88		
	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛБ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2			
	ГОЛЫШЬ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376		
	ХЛЕБ РЖАЧНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4			
Итого за обед		560	16,7	13	78,6	507,2			
Удлотенный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 350	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №93	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №67	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
	Итого за Удлотенный полдник		400	16	22,3	89,5	589,6		
Всего за день:			44,7	42,5	246,6	1525,7			

Повар _____