



РЕЖИМ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Зима-Осень

МОУ

Согласовано
Заведующий



Принем пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400		2011
		45	5,5	5	0,3	68,6	213		2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		385	17,4	12,7	44,4	362,6			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	БЕЛОКИ, ЗАПЕЧИВАЕМЫЕ ИСКОМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011	
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47		
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011	
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	186	2011	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		520	15,2	21,5	78,2	584,96			
Итого за обед									
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА, (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ), ТТК №156/№351	130/40	12,8	15,4	35,4	374,6	ТТК №156, 351	2011	
		180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011	
		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
		20	1,5	2	14,9	83,4			
		410	22,5	22	77,4	848,2			
Итого за Уплотненный полдник									
Всего за день:		55,8	66,7	232,9	1709,76				

Повар