



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

Утверждаю: **ООО Алегко**  
**Ковалева А.В.**

Премь пищи	Премь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
<b>Неделя 3</b> <b>Завтрак</b> <b>Вариант 13</b>	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394			
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131				
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>				
	<b>2 Завтрак</b>	<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		<b>399</b>	<b>2011</b>
	<b>Итого за 2 завтрака</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>			
<b>Обед</b>	СУПЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		ТТК №88		
	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2				
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65			
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,5	336			
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,5				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46				
	<b>Итого за обед</b>	<b>690</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>				
	<b>Уплотненный полдник</b>	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7		ТТК №74	2011
		КАРТОФЕЛЬ ОВЯРЖЕН С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7		125	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46				
БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА №473		50	4	3	29,6	160,9	473			
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>430</b>	<b>14,5</b>	<b>14,6</b>	<b>70,2</b>	<b>437,7</b>					
<b>Всего за день:</b>			<b>44,9</b>	<b>36,9</b>	<b>229,9</b>	<b>1398,6</b>				

Повар \_\_\_\_\_