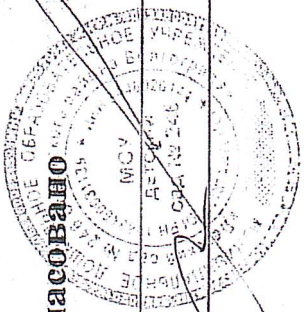


Согласовано



Новалева А.В.

ВКУШНЕВНОЕ 20-ти СЛЕЗВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

05.02.25

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Батон, г	Жары, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 3	Завтрак	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213		
		445	14,4	9,8	51,8	351,7			
Итого за завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
		50	0,4	0,1	0,9	6,5			
		180/10	1,7	5,1	9,7	68,5	ТТК №28		
		150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79		
Итого за обед		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		647	16,4	12,5	72,1	487,1			
		60	1,0	1,9	6,2	47,8	324		2011
70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 364				
130	7,0	4,6	32,0	208,5	166				
180	0,1	0,1	20,9	86,0	372				
60	4,4	0,4	29,2	137,8					
Итого за Уплотненный полдник		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
		580	28,5	26,6	130,6	898,0			
		60,3	49,1	274,1	1 820,2				
		60	1,0	1,9	6,2	47,8	324		2011
		70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 364		
130	7,0	4,6	32,0	208,5	166				
180	0,1	0,1	20,9	86,0	372				
60	4,4	0,4	29,2	137,8					
Итого за день:		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
		580	28,5	26,6	130,6	898,0			
		60,3	49,1	274,1	1 820,2				
		60	1,0	1,9	6,2	47,8	324		2011
		70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 364		
130	7,0	4,6	32,0	208,5	166				
180	0,1	0,1	20,9	86,0	372				
60	4,4	0,4	29,2	137,8					

Позар: