

г.г. ИООУ Деңизский саяг № 276
г.г. Габриелера С.А

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЧНО

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	БАТОН	350	10,4	8,5	46,8	307,7		
Итого за завтрак			0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Итого за 2 завтрак		110						
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №64	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	14,8	7,6	31,5	272,7	372	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	0,1	0,1	17,4	71,8		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	20	1,3	0,2	8,5	40,8	46	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	511,2			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	20,1	10,3	79,5	54	2011	
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	132,6	ТТК №62, 354	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	104,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	517,1		
Всего за день:		487	15	18	76,4	1473		

Повар _____