

Муниципальный
«Детский сад № 10»
ОГРН 1023400000000

Зима-Осень

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 15								
Завтрак		150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	45	3,4	1,3	23,1	117,9	7	2011
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	350	11,3	8,7	47	313,4		
Итого за завтрак								
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8		19,0	91,2		
Итого за 2 завтрак								
		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	500	16,2	20,7	88,2	563,4		
Итого за обед								
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	427	14	15,9	75,2	491,26		
Итого за Уплотненный полдник			42,3	46,1	229,4	1459,26		
Всего за день:								

Повар _____