

г.г. Юу Денекс сг 1276
Д.Г. Габеев С.А

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Зима-Осень

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

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						100,8	ТТК №107	
		150	3,5	3,9	12,3	71,3	395	2011
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	2,3	1,8	11,4	17,7	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	5	1,2	1,5	0	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	45	3,4	1,3	23,1	307,7		
	БАТОН	350	10,4	8,5	46,8			
Итого за завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
2 Завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388							
Обед		30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №87	
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №64	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	14,8	7,6	31,5	272,7	372	2011
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	0,1	0,1	17,4	40,8		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	20	1,3	0,2	8,5	46		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	511,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	20,1	10,3	79,5			
Итого за обед			0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30		9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5		15,6	104,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	10	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	76,4	517,1		
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	234,6	1473		
Всего за день:			46,2	37,3				

Повар _____