

Согласовано

[Подпись]

[Подпись]

Иванова И.В.

Иванова И.В.

КОВАЛЕВА А.В.

Весна-Лето

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

Прием пищи	Неделя 2 Вариант 9	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецепту
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	7	
		СЫР (ГОРЦЫЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
		Итого за завтрак	400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2. Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/110	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
			640	26,9	19,9	86,8	634,7		
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
		КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за Уплотненный полдник			450	37,1	26,3	64,9	663,5		
Всего за день:				82,9	58,9	230,7	1 804,3		

bioRxiv preprint doi: <https://doi.org/10.1101/2019.05.29.259401>; this version posted June 3, 2019. The copyright holder for this preprint (which was not certified by peer review) is the author/funder, who has granted bioRxiv a license to display the preprint in perpetuity. It is made available under aCC-BY-NC-ND 4.0 International license.