

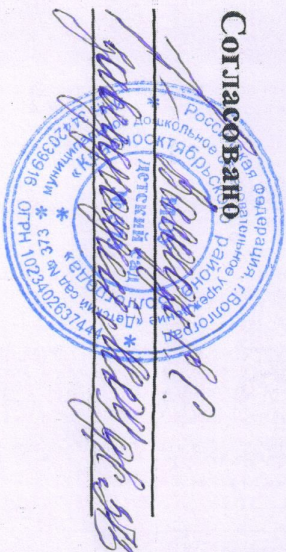
Сотисовано

Уверенно: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Зима-Осень

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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 10								
Завтрак								
	КАЧА КЕАЧУКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №34	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИНГОВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	21	15,9	66,2	494,6		
Уплотненный полдник								
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛ И РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Согласовано

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №72 394 2011
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	
		Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	19,6	83,4	399 2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	19,6	83,4	
Обед		Огулец соевый	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88 ТТК №66 376 2011
		Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	
		Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	
		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	
		Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед			50	3,8	0,3	25,1	118,4	599,9
			670	23,9	16,4	88,4		
Уплотненный полдник		Котлеты, биточки, шницели руленды	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61 166 392 2011
		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за Уплотненный полдник			450	22,1	21,0	72,8	579,3	
Всего за день:				68,6	64,4	218,6	1 807,4	

Повар