

Согласовано

*Заречников Михаил
Н.Б. Роман*



УТВЕРДИЛ: ООО Алеко



Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
Неделя 1								
Вариант 2								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕКОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
Итого за завтрак		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		10	2,3	3,0	0,0	35,4	7	2011
		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	420	12,1	9,2	51,2	337,0		
Итого за 2-заквтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед		400	1,0	0,2	19,5	83,4	369	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕБЛЫ		1,8	1,0	38,6	174,6		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОЕВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЫОНЕ		50	0,7	2,9	4,1	45,6	33
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕСЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПИШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
Итого за обед		610	1,5	0,1	9,7	46,0		
		37,9	38,5	85,8	848,2			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ							
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150		2,9	4,1	23,8	149,3	125
	ХЛЕБ ПИШЕНИЧНЫЙ		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,6	0,3	25,1	118,4		2011
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Всего за день:		437	20,2	13,0	76,9	514,4		
Повар	<i>Борисова Е.З.</i>		72,0	6,7	232,5	1874,2		