

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.



РЕЖЕДНЕНИЕ 20-му ДНЕВНОЕ МЕСЯЦ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 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 4 Вариант 17								
	Завтрак							
			180	2,7	7,2	28,4	ТТК №102	
			180	2,7	2,3	14,0	394	2011
			30/5/10	4,4	6,7	14,6	3	2011
			405	9,8	16,2	57,0	425,4	
Итого за завтрак								
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак								
Обед								
		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
		70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Уплотненный полдник								
		150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		480	36,7	27,4	58,5	647,3		
Всего за день:			68,7	68,4	228,8	1 852,7		

Ответственное лицо _____