

Заведующий МРЧ Детский сад № 240

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕТРО

Весна-Лето

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 1 Вариант 4	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106			
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	0,1	0	7	29	393	2011		
		БАТОН	3,8	1,5	25,7	131				
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	1,2	1,5	17,7	7	2011			
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
	Итого за завтрак	565	10,3	7,9	64,2	375,4				
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,3	0	0,7	4,1				
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88			
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011		
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011		
		КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,6	46,5	376	2011		
		ХЛЕБ ЛЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	8,5	40,8				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	9,7	46				
		Итого за обед	560	16,1	14,4	84,1	521,6			
		Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
			ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10		0,1	0	9,8	39,4	392	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50		4	3	29,6	160,9	473	2011		
	Итого за Уплотненный полдник	420	14	14,4	72,8	460,8				
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9				

Ответственное лицо

звездочка М.П.