

Директорский МДУ Детский с/а 240
Мальг С.А. Мирово

Ковалева А.В.



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 3 Вариант 13	Завтрак									
			КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
			ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
			БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	457,7			
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) КАПУСТА ТУШЕНАЯ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5				
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88			
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65			
		130	2,9	4,9	12,5	105,9	336	2011		
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		30	2,3	0,2	15,1	71,0				
		720	21,9	20,1	89,2	636,7				
	Итого за обед									
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ КАША РАССЫПАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74			
		150	3,9	3,9	39,7	214,1	166	2011		
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011		
		30	2,3	0,2	15,1	71,0				
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011		
	Итого за Уплотненный полдник	500	22,1	13,7	97,3	608,0				
Всего за день:		58,3	44,2	283,2	1 785,8					
	Ответственное лицо									