

Согласовано

Заведующий методическим кабинетом
О.А. Зверева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-минутное занятие
Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

Ковалева А.В.

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 День 16								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105							
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		455	15,2	10,9	90,5	525,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368							
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		600	19,4	17,7	53,8	455,6		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ							
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	50	3,5	14,7	29,9	265,1		
Итого за Полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
		250	3,6	14,7	58,3	379,1		
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Ужин		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		460	18,1	11,4	54,4	400,6		
2 ужин	КЕФИР №401							
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Ответственное лицо			62,2	59,9	283,0	1 944,6		

Ответственное лицо Удальцова Е. И.