

Согласовано

Содержание: 1. Введение. 2. Описание работы. 3. Заключение. 4. Литература.

Д. В. Вилькова

ЭКСПЕРИМЕНТО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Весна-Лето

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

Утверждено: 0000 Алко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180 180/107	5,3 0,2	4,8 0,0	15,1 10,0	125,3 41,7	ТТК №106 393	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	40/5/15 200	6,4 0,8	8,1 0,8	19,5 19,0	182,3 91,2	3 368	2011
Итого за завтрак		637	12,7	13,7	63,6	440,5		
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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60 180 70/30 130 200 40 20 730	0,7 4,7 10,3 4,9 0,0 2,6 1,5 24,7	0,0 3,9 12,4 4,4 0,0 0,4 0,1 21,2	1,4 13,6 11,0 31,1 15,5 17,0 9,7 99,3	8,1 110,3 205,3 188,4 61,9 81,6 46,0 701,6	ТТК №43 ТТК №65 205 376	2011 2011
Итого за обед								
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	70 130 190/10 50 20 470	11,5 2,7 0,1 3,8 1,4 19,5	11,6 3,9 0,0 0,3 6,3 22,1	11,5 18,5 9,8 25,1 11,3 76,2	197,9 124,4 39,4 118,4 107,1 587,2	ТТК №62 321 392	2011 2011
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			57,9	57,2	258,7	1 812,7		

Ответственное лицо