

Сотласовано

Утверждаю: 000 Алеко

Жовалева А.В.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19	Завтрак							
		Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72
		Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Итого за завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак								
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед								
		Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник								
		Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
Итого за уплотненный полдник								
	Итого за день:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	71,0	
			68,6	64,4	218,6	1 807,4		

Ответственное лицо