

Согласовано

Утверждено: ООО Алеско
Коваленко А.В.

Зима-Осенъ

Эльма-Осень
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

[illegible]

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Зима-Осень

и режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВА)	180/95	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, БАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ (СЫЕ ПЕРКУЛЯЦИИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	392	2011
	САЛАН	25	1,9	0,7	12,9	65,5	7	2011
Итого за завтрак		400	12,1	9,2		337,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОУ ЯБЛОЧНОЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрак	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Обед	САЛАТ ИЗ СЕВЕРНЫХ	50	4,1	0,7	2,9	45,6	33	2011
	СУП КАР-ОБЕЛЕННЫЙ С ОВОЩНЫМИ ГОРОХ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	ПЛОДЫ ИЗ ПУЩЫ	150	25,9	31,2	24,8	489,1	ТТК №67	2011
Итого за обед	ОМЛЕТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	30	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	62,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		610	37,8	36,3		884,3		
Употребленный поплин	ТЕПЕЛ С ОВОЩНОМ (ПОВИДОМ)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	РАДУ ОБЕДНОЕ (3 ВАРИАНТА)	150	2,8	5,5	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ПИЩЕВНЫМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за употребленный поплин	АДЕВ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за употребленный поплин	457	14,8	18,4	45,6	427,6		
	Всего за день		66,6	67,1	221,2	1 761,4		