

09.01.2013

Утвърждава: ОЗО/Алеко

Коняичен А.В.

EXTENDED TO 20-MU DIFFUSION METHOD

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборных рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак								
		Суп молочный с крутой (гречневый) ТТК №108	150	4,4	4,1	12,5	135,5	ТТК №108	
		Хачапури из сыра с мясом ТТК №355	150	2,3	1,6	11,4	71,3	355	2011
		Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,3		
		Сыр (горячий) №7	5	1,1	1,5	0	17,2	7	2011
	Итого за завтрак	350	11,2	6,7	47	333,4			
2 Завтрак									
		Брикет сырный (пельмени, маншари) №13	250	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
		Итого за 2 завтрака	350	0,3	0,8	19,0	91,2		
Обед									
		Каша каша (овсяная) с маслом ТТК №14	30	0,5	2,7	2,3	35,7		
		Суп с крутой на курином бульоне ТТК №14	150	1,2	1,8	10,1	64,2	ТТК №14	
		Плов из пшена ТТК №67	130	10,9	15,9	38,5	231,9	ТТК №67	
		Восель из пшена, сметана, варенье ТТК №33	150	0,1	0	21,1	84,9	33	2011
Итого за обед									
		Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,1	45		
	Итого за обед	300	14,2	20,7	52,3	304,3			
Употребленный полдник									
		Пельмени, сметана, соус ТТК №1	30	6,3	3,3	15,1	144,3	ТТК №1	
		Плов с курицей (варенье) ТТК №14	150	1,2	4,3	10,9	97,7	314	2011
		Чай с лимоном ТТК №30	180/107	0,2	0	1,5	41,7	303	2011
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,1	45		
Итого за Употребленный полдник									
		Булочка ванильная ТТК №13	50	4	3	29,8	150,9	473	2011
	Итого за Употребленный полдник	427	14	18,9	74,7	550,88			
	Всего за день:		42,3	46,1	227,2	1470,36			

Creed