

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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	Сбор реце
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	201
		30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	201
		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	201
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20 СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	201
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	201
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	201
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	201
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	201
Итого за Уплотненный полдник		500	22,2	19,7	93,8	647,4		
Всего за День:			59,0	56,0	238,7	1 716,3		

Повар

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Детский ЦНП*
Иванова М.Д.



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	Сборн рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	2011
		200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	
		50	3,75	1,45	25,7	131		
		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП С КРУПКОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44 ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
		140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	590,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/350 КАКАО С МОЛОКОМ №397 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 350	2011
		200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		470	30,5	24,5	77,0	668,0		
Всего за день:			76,6	68,3	218,8	1 835,2		

Повар _____



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима - Осень



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 День 3	КАША ЖИДКАЯ (МАННА) ТТК №83	180	7.3	4.2	31.4	191.3	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0.1	0.0	9.8	39.4	392	2011
	БАТОН	20	1.5	0.6	10.3	52.4		
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5.5	5.0	0.3	68.6	213	2011
	Итого за завтрак		445	14.4	9.8	51.8	351.7	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0.4	0.1	0.9	6.5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1.7	5.1	9.2	94.3	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79	150	10.0	6.8	25.3	215.8	ТТК №79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0.2	0.0	10.0	41.7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	9.7	46.0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6		
	Итого за обед		647	16.4	12.5	72.1	485.9	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1.0	1.9	6.2	47.8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	70/30	12.0	16.4	12.7	257.0	ТТК №61, 354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕПЧЕНВАЯ) №166	130	7.0	4.8	32.0	203.0	166	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0.1	0.1	20.9	86.0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.4	0.4	29.2	137.8		
Итого за Уплотненный полдник		530	24.5	23.6	101.0	731.6		
Всего за день:			56.3	46.1	244.5	1 652.6		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сбор рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Уплотненный полдник	Икра кабачковая консервированная	630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	130	2,8	4,1	15,9	116,8	151	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Всего за день:		470	17,0	16,0	64,8	495,1		
Повар			68,1	64,0	257,7	1 914,9		

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима - Осень
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Примем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборный рецепт				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Неделя 2 День 6	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011			
			180	5,0	4,4	8,3	94,3	400				
			30	2,3	0,9	15,4	78,6	7				
			10	2,3	3,0	0,0	36,4	7				
Итого за завтрак			400	16,9	12,5	55,1	400,6					
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011			
			200	0,8	0,8	19,0	91,2					
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011			
			200/20/10	2,7	4,7	12,1	106,9	ТТК №201				
			140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75				
			200	0,0	0,0	15,5	61,9	376				
			50	3,3	0,4	21,2	102,0					
			50	3,8	0,3	25,1	118,4					
			770	23,4	18,6	88,2	630,1					
			Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	150/50	19,1	18,1	39,7		404,3	ТТК №152, 350	2011
					180/10/7	0,2	0,0	10,0		41,7	393	
					20	1,5	0,1	9,7		46,0		
75	5,0	2,8			52,7	256,4	458					
Итого за Уплотненный полдник			492	25,8	21,0	112,1	748,4		2011			
Всего за День:				66,9	52,9	274,4	1 870,3					
Повар												

Утверждено

ООО «Виво Маркет»
ИНН 3461061226, КПП 346101001
КОПИЯ ВЕРНА

Иванова М.Д.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий
МОУ
Иванова М.Д.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сво реце
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	20
	2 Завтрак	430	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	32,0	426,9		
Обед	Помидоры соленые	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	201
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Макарончик с мясом или печенью (печень) с соусом томатным ТТК №64/№348	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Компот из свежих плодов №372	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
Итого за обед	Хлеб ржаной	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Уплотненный подник	Рыба, запеченная в омлете ТТК №73	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Пюре картофельное №321	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
	Чай с молоком или сливками №394	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
	Батон	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
Итого за Уплотненный подник	Печенье	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Печенье	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Всего за день:		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
		450	20,8	13,7	66,5	481,4		
Повар			65,6	54,0	203,5	1 597,9		

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104 КАКАО С МОЛОКОМ №397 БАТОН ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
		180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	201
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
		425	18,4	14,1	54,6	420,5		
		Итого за завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		Итого за обед	622	23,4	24,0	53,7	533,4	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
		Итого за Уплотненный полдник	510	23,1	22,7	112,1	769,5	
Всего за день:		65,7	61,6	239,4	1 814,6			
Повар								

Утверждаю



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень



Согласовываю
Заведующий
МОУ *Детский сад №332*
02

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецен
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	400	17,9	12,5	59,4	422,7		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	640	26,9	19,9	86,8	667,6		
Итого за Уплотненный полдник	КЕФИР №401	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Всего за День:		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Повар			83,2	61,3	233,9	1 873,5		

Утверждаю

ООО «Виво Маркет»
ИНН 3461061226, КПП 346101001

КОПИЯ ВЕРНА

Директор

Иванова М.Д.

Согласовываю
Заведующий
МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сбор рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	20
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	20
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б ТТК №88	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	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 РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	20
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1 747,4		

Повар _____

Утверждаю



ООО «Зиво Маркет»
ИНН 50-1061226, КПП 50-101001
КОПИЯ ВЕРНА
Директор
Иванова М.Д.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима - Осень

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



Согласовываю: *[Signature]*
Заведующий
МОУ *Битовское ПУ*
10.10.2019

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сб рет	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 День 11	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	
		Итого за завтрак	405	9,9	14,1	48,1	368,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
		МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
		СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		Итого за обед	670	23,9	11,8	105,8	648,7		
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
		Итого за Уплотненный полдник	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Всего за день:		602	23,6	24,6	98,6	724,1			
Повар			58,2	51,3	271,5	1 832,6			

Утверждаю



Согласовываю
Заведующий
МОУ



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сбор рецеп.
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 12								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		425	19,3	14,2	50,3	406,6		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
	Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	200/10	1,7	5,5	7,5	92,3	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	80	13,3	13,4	12,6	226,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		750	27,3	28,4	111,5	823,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156/№351	150/50	24,2	17,8	40,3	428,8	ТТК №156, 351	2011
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		450	33,6	24,9	78,1	686,0		
Всего за день:			80,9	68,0	271,8	2 053,4		

Повар _____

ООО «Виза Маркет»
 Утверждено 3401061226, КПП 346101001

КОПИЯ ВЕРНА

Иванова М.Д.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецет
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 День 14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	201
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		420	21,7	27,3	33,8	474,5		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	201
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	201
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		620	24,6	21,0	73,2	586,2		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК № 32/№350	140/50	20,5	30,9	23,2	458,8	ТТК № 32, 350	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Итого за Уплотненный полдник		450	27,5	35,3	85,3	785,4	
Всего за день:	Повар		74,8	83,8	211,9	1 929,5		

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень



Примем пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбо реце
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	20
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	20
		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
		430	13,7	11,4	52,8	369,6		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	20
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра кабахковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №44	
		180	2,2	1,9	12,9	78,0		
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	20
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	20
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	20
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	20
Итого за Уплотненный полдник		497	20,4	26,6	77,8	650,9		
Всего за день:			71,9	76,9	247,8	1 998,9		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сбор рецет
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17								
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	201
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	201
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	695,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 350	2011
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за Уплотненный полдник		480	39,0	30,3	80,8	772,4		
Всего за день:			71,0	71,3	251,1	1 976,6		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима - Осень
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	Сборн рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 День 18	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
		КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	Итого за завтрак	25	1,9	0,7	12,9	65,5			
		400	15,6	12,2	56,4	399,5			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	3,0	1,0	42,0	192,0			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	СУЛГ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МИБ ТТК №87	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		Итого за обед		610	26,7	21,1	73,7	597,6	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	130	7,0	4,8	32,0	203,0	166	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5,0	2,8	52,7	256,4	458	2011
Итого за Уплотненный полдник		505	24,4	20,4	123,5	799,0			
Всего за день:			69,7	54,7	295,6	1 988,1			

Повар _____

Утверждаю
ИПН 3461081226, КПП 346101001

ООО «Виво Маркет»
КОПИЯ ВЕРНА

Иванова М. Д.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима - Осень Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю
Заведующий
МОУ

Симашкина Ю.



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбори рецен		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 4 День 20	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105			
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	201		
		50	3,8	1,5	25,7	131,0				
Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5				
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	Икра кабачковая консервированная Борщ с капустой и картофелем на бульоне ТТК №28 Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61 Рагу овощное (3 варианта) №344 Кисель из повидла, джема, варенья №383 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	50	1,0	4,5	3,9	59,5				
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28			
		70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61			
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011		
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6				
		30	2,3	0,2	15,1	71,0				
		700	22,4	29,9	96,4	762,3				
		Уплотненный полдник	Помидоры соленые Сиченики "Рябушка" с соусом сметанным с томатом ТТК №59/№355 Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392 Хлеб пшеничный	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
				120/50	17,0	25,3	22,7	392,0	ТТК №59, 355	2011
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392	2011		
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71,0				
Итого за день:		450	20,0	25,5	48,8	509,2				
Повар			58,4	64,3	242,7	1 810,2				