

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.

1 день

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг			Мg, мг	Р, мг
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) №84	200	4,8	4,8	131,5	0,1	0,7	0,0	0,1	146,2	21,5	116,9	0,2	34	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	87,8	0,0	1,2	0,0	0,0	113,4	14,8	83,3	0,3	394	2011
БАТОН	40	3,0	1,2	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	25,0	0,4		
СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ)	10	2,3	3,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	88,0	3,5	50,0	0,1	7	2011
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	399	2011
Обед														
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (МОРКОВЬ) №324	60	0,8	2,0	44,1	0,0	1,3	1,3	0,5	30,9	22,3	32,9	0,6	324	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИМИ И КУРИЦЕЙ №62	200	2,3	2,2	84,4	0,1	5,3	0,2	1,2	21,8	19,8	46,4	0,9	82	2011
КОТЛЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	80	13,2	13,3	226,5	0,0	0,1	0,0	0,4	30,6	14,4	53,0	0,8	305	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,2	4,6	143,9	0,2	10,4	0,0	0,2	38,3	29,4	84,7	1,2	321	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	48,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4		
Полдник														
ЛОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	6,8	0,0	2,0	0,0	0,0	6,3	9,0	11,7	0,5		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	288,0	0,2	8,6	0,0	0,7	20,6	37,5	187,7	2,8	276	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	39,4	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	47,4	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	18,8	0,4		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	167,3	0,1	0,0	0,0	0,8	10,0	6,1	35,0	0,4	467	2011
Всего за день:		61,7	54,5	1 697,9	0,8	31,1	1,5	5,8	589,8	216,4	816,6	13,5		

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.

1 день

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг			Мg, мг	Р, мг
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) №84	200	4,8	4,8	131,5	0,1	0,7	0,0	0,1	146,2	21,5	116,9	0,2	34	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	87,8	0,0	1,2	0,0	0,0	113,4	14,8	83,3	0,3	394	2011
БАТОН	40	3,0	1,2	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	25,0	0,4		
СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ)	10	2,3	3,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	88,0	3,5	50,0	0,1	7	2011
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	399	2011
Обед														
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (МОРКОВЬ) №324	60	0,8	2,0	44,1	0,0	1,3	1,3	0,5	30,9	22,3	32,9	0,6	324	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИМИ И КУРИЦЕЙ №62	200	2,3	2,2	84,4	0,1	5,3	0,2	1,2	21,8	19,8	46,4	0,9	82	2011
КОТЛЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	80	13,2	13,3	226,5	0,0	0,1	0,0	0,4	30,6	14,4	53,0	0,8	305	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,2	4,6	143,9	0,2	10,4	0,0	0,2	38,3	29,4	84,7	1,2	321	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	48,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4		
Полдник														
ЛОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	6,8	0,0	2,0	0,0	0,0	6,3	9,0	11,7	0,5		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	288,0	0,2	8,6	0,0	0,7	20,6	37,5	187,7	2,8	276	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	39,4	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	47,4	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	18,8	0,4		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	167,3	0,1	0,0	0,0	0,8	10,0	6,1	35,0	0,4	467	2011
Всего за день:		61,7	54,5	1 697,9	0,8	31,1	1,5	5,8	589,8	216,4	816,6	13,5		

Исходящий № 100/05 от 10.01.2011

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
		Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг		
Завтрак													
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,8	0,0	4,2	0,1	0,0	24,6	9,0	0,4		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №216	100/5	10,1	16,1	1,9	202,5	0,1	0,2	1,7	71,1	11,5	153,3	1,7	215
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	200	5,6	4,8	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	204,0	22,4	144,0	0,2	400
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	28,0	0,0	2011
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	399
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,9	3,6	4,9	54,6	0,0	2,3	0,0	1,6	19,0	11,3	22,2	0,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ №80	200	1,7	2,1	13,7	81,1	0,1	5,3	0,2	1,0	17,4	19,2	44,8	0,7
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298	160/30	14,4	14,0	13,5	245,0	0,0	18,1	0,0	0,8	63,6	32,8	151,8	2,6
КУСЕЛЬ ИЗ ЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	383
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	43,5	2,0	2011
Полдник													
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ №240	170	23,7	18,2	24,3	366,3	0,0	1,8	0,3	0,7	185,0	33,0	264,4	2,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	30	0,5	1,1	3,3	26,2	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	2,1	11,8	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №366	200	3,1	2,4	17,1	103,1	0,0	0,5	0,0	0,0	109,9	16,8	82,4	0,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0	0,0	0,0	11,8	8,0	36,0	0,8	2011
Всего за день:		72,9	73,5	217,3	1 865,3	0,4	34,9	0,9	7,1	755,1	189,7	1 023,6	12,5



Директор ООО "Венера"
Погосяев А.В.
(подпись)



Заведующий кафедрой питания и диетологии
 МОУ Детский сад № 85
 Д.А. Касарова

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 (с соевыми овощами)

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

3 день

Директор ООО "Венера"
 Погосян А.В.
 (подпись)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецепта	Сборный журнал
	200/5	180	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	К, мг	Фосфор, мг	Кальций, мг		
КАША ЖИДКАЯ (МАННА) №185	200/5	180	8,0	4,8	34,2	210,5	0,1	0,9	0,0	0,8	187,2	24,8	151,0	0,5	185	2011		
КАКАО С МОЛОКОМ №387	30/10	2,4	7,5	14,9	101,4	0,0	0,6	0,0	0,0	117,7	20,7	90,8	0,5	1397	2011			
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	200	3,0	1,0	42,0	192,0	0,1	20,0	0,1	0,0	16,0	84,0	56,0	1,2	368	2011			
ФРУКТЫ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	0,1	20,0	0,1	0,0	16,0	84,0	56,0	1,2	368	2011			
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1,0	7,8	0,0	3,0	0,0	0,0	13,8	8,4	14,4	0,4					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5	0,0	8,6	0,2	1,8	36,7	20,4	39,0	1,1	57	2011			
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	80/5	13,5	16,7	12,5	282,7	0,0	0,1	0,0	0,8	33,8	24,3	140,7	2,1	282	2011			
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30	0,4	4,7	31,9	203,0	0,2	0,4	0,3	3,9	22,8	108,2	158,4	3,7	166	2011			
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	1,2	1,7	22,5	0,0	0,0	0,0	0,0	7,8	1,0	5,5	0,0	354	2011			
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	20,9	86,0	0,0	1,4	0,0	0,2	11,9	4,0	3,6	0,7	372	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,8					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №288	80/5	13,6	11,2	3,4	176,1	0,0	0,0	0,1	0,0	1,7	29,8	3,9	36,8	0,3	268	2011		
РАГУ ОВОЩНОЕ (ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	0,1	11,5	0,3	0,3	41,4	24,7	58,9	1,2	344	2011			
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,6	3,7	0,3	393	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4					
Всего за день:		62,2	80,5	249,0	1 840,2	0,8	45,7	1,0	12,0	654,0	355,3	851,9	16,0					



подпись руководителя

подпись

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.

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

4 день

Продукты питания, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			Сборщик рецептур		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг		С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг		К, мг	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЕЧУЧЕВОЙ) №84	220,2	6,4	5,9	18,5	153,9	0,2	0,8	0,0	1,1	163,1	48,5	146,8	0,3	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	0,0	1,2	0,0	0,0	113,4	14,6	83,3	0,3	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	405/115	6,4	6,1	19,5	182,3	0,1	0,0	0,0	0,9	121,1	16,1	91,2	0,9	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	0,1	8,0	0,0	1,3	28,8	14,4	19,8	4,0	2011
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1	0,0	2,4	0,0	0,0	7,6	10,8	14,0	0,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №87	200	1,5	4,0	7,2	71,6	0,0	9,8	0,2	1,8	36,6	17,6	34,9	0,8	2011
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №281	200	13,3	8,7	33,6	288,4	0,3	22,7	3,2	1,2	30,9	52,4	250,3	5,0	2011
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30	0,4	1,2	1,7	22,5	0,0	0,0	0,0	0,0	7,8	1,0	5,5	0,0	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА №231	150	29,0	23,2	17,8	405,2	0,1	0,3	0,1	2,7	215,8	31,1	290,4	0,9	2011
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	60	1,1	2,3	6,7	52,3	0,0	0,2	0,0	0,0	32,6	4,0	23,4	0,0	2011
КЕФИР, АЛЦИОМИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	0,1	0,6	0,1	0,1	204,0	22,4	152,0	0,2	2011
БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	0,1	0,0	0,0	0,6	10,0	6,7	35,9	0,5	2011
Всего за день:		76,7	64,9	221,7	1 828,6	1,1	46,0	3,6	11,2	892,6	256,6	1 216,1	16,8	



зачисланы в группу с 10.09.2011 г.

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

5 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)

Муниципальное образовательное учреждение
детский сад №85
г. Волгоград

Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Сборная рецептура	
	Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг		
200/5	8,6	6,1	31,6	217,4	0,2	0,9	0,0	1,0	198,1	55,8	218,7	0,3	185
30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	0,0	0,0	0,1	0,8	8,1	9,9	27,1	0,5	1
200	5,6	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,0	0,2	400
160	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	300
Завтрак													
II Завтрак													
Обед													
60	0,9	3,6	4,9	54,6	0,0	2,3	0,0	1,6	19,0	11,3	22,2	0,7	33
200	2,5	2,4	15,6	94,7	0,1	7,8	0,2	1,0	17,4	22,5	55,8	1,0	77
200	23,4	21,7	22,5	383,7	0,3	11,4	0,0	0,8	28,1	50,0	250,2	3,9	278
160	0,1	0,0	25,7	102,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	363
50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011
20	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	
Полдник													
60	1,3	2,9	6,6	60,0	0,0	3,1	1,0	1,6	28,7	24,8	39,9	0,9	54
80/5	10,9	7,4	7,8	149,9	0,0	0,1	0,0	0,5	25,8	6,4	26,8	0,3	255
130	3,3	3,4	34,4	185,8	0,0	0,4	0,3	0,4	18,5	27,9	72,6	0,7	166
160	0,6	0,3	18,1	88,3	0,0	79,2	0,2	0,0	17,2	4,4	2,8	0,5	398
20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	16,8	0,4	
Всего за день:													
	66,8	61,0	250,3	1 858,1	0,8	107,6	1,9	9,6	603,9	266,9	952,9	16,4	

Муниципальное образовательное учреждение
детский сад №85
г. Волгоград

Утверждено м.п. директора центра К.О.С.

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

6 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг			P, мг
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ (МАГНАР) №165	200/5	8,0	4,6	34,2	210,5	0,1	0,9	0,0	0,8	187,2	24,8	151,0	0,5	185
МОЛОКО КИРСИЧЕНОЕ №400	200	5,6	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,0	0,2	400
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0	0,0	0,0	0,0	5,7	3,9	19,5	0,0	2011
СЫР (ПОРЦИЗМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,0	0,1	0,0	0,0	88,0	3,5	50,0	0,0	2011
II Заптрак														
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗКОМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	0,0	4,0	0,0	0,6	22,4	11,2	22,6	2,3	388
Обед														
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ №85	60	0,5	0,1	1,0	7,8	0,0	3,0	0,0	0,0	13,8	8,4	14,4	0,4	
ГОЛУБЦЫ ЛЕГКИЕ №298	200/20	1,8	3,1	11,7	82,7	0,0	3,7	0,2	0,9	21,9	14,8	37,9	0,7	85
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	160/30	14,4	0,0	13,5	245,0	0,0	18,1	0,0	0,6	63,6	32,8	151,8	2,6	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6	2011
	20	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	
Полдник														
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ №249	80	13,0	5,1	2,5	111,8	0,0	0,0	0,1	0,5	21,5	3,8	44,1	0,5	249
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166	150/5	8,1	5,5	36,8	234,4	0,2	0,5	0,3	4,5	28,3	122,6	162,8	4,3	166
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	0,0	1,1	0,0	0,0	11,5	3,6	3,7	0,3	383
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,8	68,9	0,0	0,0	0,0	0,6	6,2	8,9	22,7	0,5	2011
БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5,0	2,8	52,7	256,4	0,1	0,1	0,0	0,5	15,8	9,6	45,9	0,8	458
Всего за день:		68,2	45,2	274,3	1788,4	0,6	32,5	0,7	10,3	707,1	285,4	940,3	15,5	



заверенности мушкетера сержантского

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

7 день



Директор ООО "Вектор"
Погосян А.В.
(подпись)

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			Сборник рецептов	
	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг		К, мг
Завтрак													
80	1,1	5,3	4,6	71,4	0,0	4,2	0,1	0,0	24,6	9,9	22,2	0,4	2011
100/5	10,1	16,1	1,9	202,5	0,1	0,2	0,2	1,7	71,1	11,5	33,3	0,4	
200	3,0	2,5	15,6	97,3	0,0	1,3	0,0	0,0	125,7	6,2	92,3	0,3	
30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	0,0	0,0	0,1	0,0	8,1	9,9	27,1	0,6	
180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	0,2	2011
Обед													
60	0,8	2,0	5,0	44,1	0,0	1,3	1,3	0,5	30,9	22,3	32,9	0,6	2011
200/25	6,8	6,5	14,3	143,2	0,1	7,2	0,2	1,1	23,6	27,6	95,1	1,5	
200	19,8	10,2	42,1	362,8	0,2	9,9	4,4	2,4	28,1	25,5	256,2	5,7	
30	0,4	1,4	1,8	22,9	0,0	0,5	0,0	0,0	4,7	3,2	5,7	0,1	
180	0,1	0,1	20,9	88,0	0,0	1,4	0,0	0,2	11,9	4,0	3,6	0,7	2011
40	2,6	0,4	17,0	81,8	0,1	0,0	0,0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6	2011
Полдник													
150	15,1	13,7	24,5	293,8	0,1	2,0	1,9	1,3	158,9	51,8	212,5	1,9	2011
50	0,9	1,8	5,6	43,7	0,0	0,1	0,0	0,0	27,1	3,4	19,6	0,0	
180	2,8	2,2	15,4	92,9	0,0	0,5	0,0	0,0	98,9	15,2	74,3	0,3	
30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0	0,0	0,0	0,0	5,7	3,9	19,5	0,3	
40	3,0	3,9	29,8	186,8	0,0	0,0	0,0	0,0	11,6	8,0	36,0	0,8	2011
Всего за день:													
	72,1	74,7	246,8	2 011,5	0,5	30,0	8,2	8,9	647,4	225,6	1 085,4	18,8	

Завсегоднешнее меню составлено 12.05.11

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соленьями овощами)

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

8 день



Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Сборная рецептура
		Белки, г	Жиры, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак														
КАША ЯЧМЯКА (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) №185	200/5	8,6	6,1	217,4	0,2	0,9	0,0	1,0	196,1	55,8	218,7	1,3	185	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	101,9	0,0	0,6	0,0	0,0	117,9	20,7	91,0	0,5	397	2011
БАТОН	40	3,0	1,2	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	28,0	0,4		
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5,0	68,6	0,0	0,0	0,1	0,9	22,3	4,9	77,8	1,0		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	91,2	0,1	8,0	0,0	1,3	28,8	14,4	19,8	4,0	388	2011
Обед														
ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	6,1	0,0	2,4	0,0	0,0	7,6	10,8	14,0	0,5		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ №67	200/5	1,6	4,8	81,6	0,0	9,8	0,2	1,8	40,3	17,9	37,3	0,8	67	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286	80/80	12,6	16,7	279,4	0,0	1,5	0,0	0,7	55,2	22,1	133,1	1,8	286	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	124,4	0,1	9,0	0,0	0,2	33,3	25,4	73,4	1,0	321	2011
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	399	2011
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
Полдник														
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	2,0	48,5	0,0	2,6	0,0	0,2	22,7	13,0	25,9	0,8	324	2011
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №288	80/5	13,6	11,2	176,1	0,0	0,1	0,0	1,7	28,9	3,9	36,8	0,3	288	2011
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	134,6	0,1	11,5	0,3	0,3	41,4	24,7	59,9	1,2	344	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,6	0,3	88,3	0,0	79,2	0,2	0,0	17,2	4,4	2,8	0,5	398	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6		
ВАФЛИ	30	0,8	1,0	106,2	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	3,0	10,8	0,5		
Всего за день:		64,4	62,7	1 879,2	0,6	127,0	0,8	9,8	682,2	262,1	907,3	19,5		



Утверждено МУ РАЙОНА САРГЕНСКИЙ

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

9 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)

Применение блюда	Масса порции			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			Сборник рецептур
	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг		Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	К, мг	№ рецептур	№ туры		
Завтрак																
КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) №185	9,3	4,8	38,2	235,1	0,2	0,9	0,0	0,0	187,0	40,5	215,9	4,8	0,2	400	2011	
МОЛОКО ХИГПИЧЕНОЕ №400	5,6	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,9	0,2	0,0	400	2011	
БЛАТОН	3,0	1,2	20,8	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	28,0	0,4	0,0	400	2011	
СЫР (ПОРЦИОННИ) №7	2,3	3,0	0,0	36,4	0,0	0,1	0,0	0,0	88,0	3,5	59,0	0,1	0,0	7	2011	
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	389	2011	
Обед																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	0,9	3,6	4,9	54,8	0,0	2,3	0,0	1,8	19,0	11,3	22,2	0,7	0,0	33	2011	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	1,5	4,0	10,0	82,5	0,0	6,6	0,2	1,8	36,7	20,4	39,0	1,1	0,0	57	2011	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №291	13,3	12,2	33,6	322,7	0,3	22,7	3,2	1,3	31,4	52,4	251,1	5,0	2,91	291	2011	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	0,1	0,0	25,7	102,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	0,0	383	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	0,0	383	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	0,0	383	2011	
Полдник																
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА №231	29,0	23,2	17,8	405,2	0,1	0,3	0,1	2,7	215,8	31,1	290,4	0,9	0,0	231	2011	
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	1,1	2,3	6,7	52,3	0,0	0,2	0,0	0,0	32,6	4,0	23,4	0,0	0,0	351	2011	
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РҮЖЕНКА №401	5,6	4,9	7,8	102,8	0,1	0,6	0,1	0,1	204,0	22,4	152,0	0,2	0,0	401	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8	0,0	401	2011	
Всего за день:	80,5	64,8	244,3	1 921,6	1,0	38,1	3,7	9,8	1 067,3	244,8	1 311,9	13,8	0,8	13,8		

Муниципальное дошкольное учреждение
детский сад №85
Саргенский район
Саргеновский район

заверено *Мульти-слад №15*

ЯКРИМЕЖНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

10 день

Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Итого за день			
		Белок, г	Жиры, г		Углевод, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг		Fe, мг		
															Завтрак	Обед
ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	1,3	6,2	5,4	83,3	0,0	4,9	0,1	0,0	28,7	10,5	25,9	0,5	0,6	0,5	2011
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	100Б	10,1	16,1	1,9	202,5	0,1	0,2	0,2	1,7	71,1	11,5	163,3	1,3	0,9	1,3	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,5	97,3	0,0	1,3	0,0	0,0	125,7	16,2	92,3	0,3	0,3	0,3	394
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40Б/15	6,4	6,1	19,5	182,3	0,1	0,0	0,0	0,9	121,1	16,1	91,2	0,9	0,3	0,3	2011
СОК ТОМАТНЫЙ №399	180	1,7	0,2	5,0	31,4	0,1	7,2	0,1	0,0	11,3	19,4	51,8	1,2	0,9	1,2	399
ПЛОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (МОРКОВЬ) №324	60	0,8	2,0	5,0	44,1	0,0	1,3	1,3	0,5	30,9	22,3	32,9	0,6	0,6	0,6	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУБ №82	200	3,0	2,2	17,0	99,9	0,1	5,4	0,2	1,2	12,8	17,3	45,7	0,9	0,9	0,9	2011
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	230	21,9	20,7	22,4	388,9	0,2	10,5	0,9	0,7	63,6	56,6	249,9	3,0	3,0	3,0	2011
КОМПОТ ИЗ СУЛЕНЬНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	13,8	54,2	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2,0	2,0	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	0,4	0,4	2011
ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ №295	180/30	14,4	14,0	13,5	245,0	0,0	18,1	0,0	0,6	63,6	32,8	151,8	2,6	2,6	2,6	295
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	0,2	0,2	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8	0,8	0,8	2011
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	28,8	169,1	0,1	0,0	0,0	1,2	9,1	6,2	30,8	0,3	0,3	0,3	478
Всего за день:		74,1	78,0	206,5	1 861,1	0,9	48,9	2,8	9,1	577,3	242,1	1 020,1	15,4	15,4	15,4	

Пример блюда, наименование блюда



Директор ООО "Венера"
Погода А.В.
(подпись)



Исходные данные отчета за 2011 год
 Директор ООО "Венера"
 Погосова М.М.
 (подпись)

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 (с соевыми продуктами)

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

11 день

Прим. лица, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			Меню №	Сборник рецептур	
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг			
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) №94	220	5,3	6,4	18,4	145,1	0,1	0,8	0,0	0,1	160,9	23,8	12,8	0,3	93	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	0,0	0,5	0,0	0,0	98,9	15,2	7,3	6,3	368	2011
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4	7	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	0,0	0,0	0,0	74,8	2,8	40,6	0,4	7	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	6,0	0,0	0,9	21,6	10,9	14,9	3,0	368	2011
Обед															
ПЛОМБОРЫ СОЛЕНЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1	0,0	2,4	0,0	0,0	7,8	10,8	14,0	0,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №177	200	1,9	2,3	15,6	90,6	0,1	7,7	0,2	1,0	23,1	23,9	55,8	1,0	77	2011
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292	250	24,7	12,9	62,7	454,2	0,3	12,5	5,5	2,9	35,9	32,2	321,7	7,1	292	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	1,9	23,3	0,0	0,5	0,0	0,0	4,7	3,2	5,7	0,1	348	2011
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	399	2011
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
Полдник															
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ №256	80/5	10,5	7,3	5,0	135,1	0,0	0,7	0,4	0,6	21,1	10,7	37,2	0,7	256	2011
РАГУ ОВОЩНОЕ (З ВАРУАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,8	0,1	11,5	0,3	0,3	41,4	24,7	68,9	1,2	344	2011
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,6	3,7	0,3	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	50	4,1	3,9	28,9	167,3	0,1	0,0	0,0	0,8	10,0	6,1	35,0	0,4	457	2011
Всего за день:		65,7	46,8	253,1	1749,5	0,8	45,1	6,4	8,3	548,4	198,8	897,9	20,3		



Заведующая
С.П.



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 (с соевыми овощами)

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

Директор ООО "Венера"
 Погосян А.В.
 (подпись)

12 день

Приним. блюда, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№, район, тур, сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг		С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	P, мг	К, мг	№, район, тур, сборник рецептур	
					200/5									200
КАША ЖАДКАЯ (МА-НРАУ) №185	8,0	4,6	34,2	210,5	0,1	0,9	0,0	0,8	187,2	24,8	15,0	0,5	2011	
МОЛОКО КИРГЕННОЕ №400	5,6	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	14,0	0,2	2011	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	2,4	7,5	15,2	145,8	0,0	0,0	0,1	0,8	8,1	9,9	27,1	0,6	2011	
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	0,7	0,5	31,9	137,0	0,0	4,0	0,0	0,8	22,4	11,2	22,6	2,3	2011	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	0,9	3,8	4,9	54,6	0,0	2,3	0,0	1,6	19,0	11,3	22,2	0,7	2011	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	1,5	4,0	7,2	71,6	0,0	9,8	0,2	1,8	36,8	17,6	34,9	0,8	2011	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282	13,5	16,7	12,5	282,7	0,0	0,1	0,0	0,8	33,8	24,3	140,7	2,1	2011	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	3,2	4,8	21,4	143,9	0,2	10,4	0,0	0,2	38,3	29,4	84,7	1,2	2011	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	0,1	0,0	25,7	102,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	2011	
ХЛЕБ РУКАНОЙ	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011	
ЛАПШЕНИК С ТВОРОГОМ №212	18,2	14,2	42,3	380,2	0,1	0,1	0,0	2,5	114,2	23,9	180,0	1,5	2011	
КЕФИР, АЦИДОФИЛ, ПРОСТОКВАША, РУЖЕНКА №401	5,6	4,9	7,8	102,8	0,1	0,6	0,1	0,1	204,0	22,4	152,0	0,2	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	2011	
ВАФЛИ	0,6	0,7	15,5	70,8	0,0	0,0	0,0	0,0	3,2	2,0	7,2	0,3		
Всего за день:	68,6	66,8	268,6	1 081,2	0,8	29,2	0,5	11,1	900,1	223,6	1 046,2	13,3		

рецепты для детей дошкольного возраста

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

13 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)

Принимать пищу, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Туры	Ф. и. И. О.	2011
	Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг				
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) №185	200/5	9,3	4,6	39,2	0,2	0,9	0,0	0,0	187,9	40,5	215,5	1,8	185	2011	
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	0,0	1,2	0,0	0,0	113,4	14,6	83,3	1,3	394	2011	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	0,0	0,0	0,0	0,7	9,2	10,2	25,1	0,2	2	2011	
II Завтрак															
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,3	399	2011	
Обед															
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	80	0,5	0,1	1,0	0,0	3,0	0,0	0,0	13,8	8,4	14,4	0,4			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	0,1	5,3	0,2	1,2	18,5	18,6	45,7	0,9	82	2011	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286	80/80	12,8	16,7	16,4	0,0	1,5	0,0	0,7	55,2	22,1	133,1	1,8	286	2011	
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,7	31,9	0,2	0,4	0,3	3,9	22,8	106,2	158,4	3,7	166	2011	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,8	0,0	0,0	376	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0			
Полдник															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268	80/5	13,8	11,2	3,4	0,0	0,1	0,0	1,7	29,8	3,9	36,8	0,3	268	2011	
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	150	3,2	4,7	18,3	0,1	8,5	0,0	0,2	43,8	24,2	74,7	1,0	151	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	19,1	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6			
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	28,8	0,1	0,0	0,0	1,2	9,1	6,2	30,8	0,3	478	2011	
Всего за день:		63,6	55,3	272,4	0,8	22,3	0,5	11,3	547,8	285,4	900,1	16,3			



РЕЖИМНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с солеными овощами)

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

14 день

Прим. п/ци, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур		
	Масса порции			В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг			
	Белки, г	Жиры, г											Углеводы, г	
Завтрак														
ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,5	7,1	6,2	0,0	5,5	0,2	0,0	32,6	12,0	29,8	0,6	2011	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	100/5	10,1	16,1	1,9	202,5	0,1	0,2	0,2	1,7	71,1	11,5	153,3	1,7	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	0,0	0,6	0,0	0,0	117,9	20,7	91,0	0,5	397
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	0,1	0,0	0,0	0,9	121,1	16,1	91,2	0,9	2011
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДУЛЬНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	399
Обед														
ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	60	1,3	2,9	6,6	60,0	0,0	3,1	1,0	1,6	26,7	24,8	38,9	0,9	54
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСЕ №57	200	2,1	4,2	10,0	87,2	0,0	6,7	0,2	1,8	30,2	19,0	39,0	1,1	57
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	200	23,4	21,7	22,5	383,7	0,3	11,4	0,0	0,8	28,1	50,0	250,2	3,9	276
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	0,0	1,4	0,0	0,2	11,9	4,0	3,6	0,7	372
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011
Полдник														
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №186	200/5	6,6	6,1	31,6	217,4	0,2	0,9	0,0	1,0	196,1	55,8	218,7	1,3	186
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	0,0	0,5	0,0	0,0	96,9	15,2	74,3	0,3	395
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №458	75	10,1	5,4	33,8	226,1	0,1	0,0	0,0	0,5	52,6	13,0	96,3	0,5	458
Всего за день:		74,2	77,5	222,3	1 912,3	0,9	31,8	1,6	9,5	798,4	251,6	1 130,6	14,4	

Маслова
Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)



Число порций 1000 г

Итого за день:

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

15 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.
(подпись)



Прим. пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Мероприятия	
	Масса порции			В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fb, мг		
	Белки, г	Жиры, г											Углеводы, г
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №84	2202	6,4	5,9	18,5	0,2	0,6	0,0	1,1	183,1	48,5	156,8	1,9	2011
МОЛОКО КИРСКОЕ №400	200	5,9	4,9	9,3	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,0	0,3	400
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4	2011
СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	10	2,2	2,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	74,8	2,8	40,0	0,1	2011
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	0,0	4,0	0,0	0,6	22,4	11,2	22,8	2,3	388
Икра кабачковая консервированная	60	1,1	5,3	4,8	0,0	4,2	0,1	0,0	24,6	9,0	22,2	0,4	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ НА КМ №60	200	2,4	2,1	14,5	0,1	5,4	0,2	1,0	11,7	17,9	44,8	0,7	80
КОРЕЛЬ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	230	21,9	20,7	22,4	0,2	10,5	0,9	0,7	63,6	86,6	249,9	3,0	302
ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	383
ХЛЕБ РУКАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	0,0	0,0	0,0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4	2011
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	2,0	6,1	0,0	2,6	0,0	0,2	22,7	13,0	25,9	0,8	324
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ №255	80/5	10,9	7,4	7,8	0,0	0,1	0,0	0,5	25,9	6,4	26,8	0,3	255
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	150	3,3	5,7	14,5	0,1	31,1	0,1	2,5	70,8	27,0	54,3	1,6	336
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,8	3,6	3,7	0,3	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,8	16,8	0,4	2011
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	6,0	27,0	0,6	2011
Итого за день:	67,4	62,1	249,1	1 850,7	0,8	60,8	1,4	8,5	780,1	254,5	925,5	15,0	



подпись _____

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

16 день

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.



Пример питания, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			№ рецептур		
	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг		Р, мг	К, мг
Завтрак													
Икра кабачковая консервированная	60	1,1	5,3	4,6	71,4	0,0	4,2	0,1	0,0	24,6	9,0	22,2	0,4
Омлет натуральный №215	100/5	10,1	16,1	1,9	202,5	0,1	0,2	0,2	1,7	71,1	11,6	153,3	1,7
Молоко кипяченое №400	200	5,8	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,0	0,2
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,9	0,0	0,0	0,0	0,0	7,5	5,2	26,0	0,6
II Завтрак													
Фрукты свежие (яблоко) №368	200	0,9	0,8	19,0	91,2	0,1	8,0	0,0	1,3	28,8	14,4	19,8	4,0
Обед													
Салат из свеклы №33	60	0,9	3,6	4,9	54,8	0,0	2,3	0,0	1,6	19,0	11,3	22,2	0,7
Щи из свежей капусты с картофелем на кв №67	200	2,3	4,0	8,1	78,0	0,0	9,9	0,2	1,8	30,1	16,2	34,9	0,8
Грив из птицы №304	180	34,5	37,2	29,8	598,3	0,1	1,9	0,6	0,9	41,4	52,9	331,8	3,3
Компот из сушеных фруктов №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0
Полдник													
Суфле из рыбы №268	80/5	13,6	11,2	3,4	176,1	0,0	0,1	0,0	1,7	29,8	3,9	36,8	0,3
Рагу овощное (3 вариант) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	0,1	11,5	0,3	0,3	41,4	24,7	59,9	1,2
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,8
Всего за день:		80,4	90,8	176,6	1 884,5	0,6	39,1	1,5	11,0	530,8	195,5	921,9	15,8



заведующий лабораторией
 Директор ООО "Венера"
 Погорелов В.В.

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 (с соевыми овощами)

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

17 день

Прейскурант наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур		
	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг		С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			Fe, мг	
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) №64	220	5,3	5,4	18,4	145,1	0,1	0,8	0,0	0,1	160,9	23,9	128,8	0,3	93	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	0,0	1,2	0,0	0,0	113,4	14,6	83,3	0,3	394	2011
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	20,0	0,8		
СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	0,0	0,0	0,0	74,8	2,8	40,0	0,1		2011
II Завтрак															
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	399	2011
Обед															
СУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1,0	7,8	0,0	3,0	0,0	0,0	13,8	8,4	14,4	0,4		
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ №56	200/5	1,4	4,7	6,0	82,7	0,0	6,7	0,2	1,8	42,5	18,5	35,2	0,9	56	2011
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ №288	70/70	11,9	14,2	10,7	227,6	0,0	0,8	0,0	0,6	39,2	18,2	115,6	1,4	288	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	120/5	4,5	4,0	28,7	174,0	0,1	0,0	0,0	1,0	11,0	6,2	34,4	0,7	205	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВАШИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	5,1	0,2	383	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
Полдник															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА №237	150	26,8	18,1	25,9	386,2	0,1	0,3	0,1	0,4	204,5	33,4	283,4	1,3	237	2011
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДИМ) №351	30	0,5	1,1	3,3	28,2	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	2,1	11,8	0,0	351	2011
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	0,1	0,6	0,1	0,1	204,0	22,4	152,0	0,2	401	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	6,0	27,0	0,6		
Всего за день:		74,1	62,6	245,4	1 879,6	0,6	14,9	0,4	5,9	920,8	187,3	1 036,1	9,6		



Министерство здравоохранения Волгоградской области

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)

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

18 день

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг		С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Фосфор, мг	
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №185	200/5	6,6	6,1	31,6	217,4	0,2	0,9	0,0	1,0	196,1	56,8	2167	1,3	185
	180	3,6	3,0	15,0	101,9	0,0	0,6	0,0	0,0	117,9	20,7	910	0,7	2011
	306/20	2,3	3,7	27,4	166,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,2	10,2	251	0,7	2011
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	0,0	4,0	0,0	0,6	22,4	11,2	22,6	2,3	388
	50	0,6	0,0	1,2	6,8	0,0	2,0	0,0	0,0	6,3	9,0	11,7	0,5	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №81	180	4,1	3,8	13,6	106,1	0,1	3,4	0,2	2,9	26,9	24,1	56,5	1,5	81
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	80/80	12,6	16,7	16,4	279,4	0,0	1,5	0,0	0,7	55,2	22,1	133,1	1,8	286
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	2,9	4,9	12,5	106,9	0,0	27,0	0,1	2,2	89,2	23,2	47,1	1,4	336
ХЛЕБ РЖАНОУ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	0,0	1,4	0,0	0,2	11,9	4,0	3,6	0,7	372
50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0	2011	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ №256	80/5	10,5	7,3	5,0	135,1	0,0	0,7	0,4	0,6	21,1	10,7	37,2	0,7	256
ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	0,1	9,0	0,0	0,2	33,3	25,4	73,4	1,0	321
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,8	0,3	18,1	68,3	0,0	76,2	0,2	0,0	17,2	4,4	2,8	0,5	398
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	16,8	0,4	2011
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №178	50	3,5	5,3	26,8	169,1	0,1	0,0	0,0	1,2	9,1	6,2	30,9	0,3	478
50	57,6	56,1	270,1	1 864,5	0,6	129,7	0,9	11,8	608,4	243,1	813,9	15,6	2011	
Всего за день:														

Директор ООО "Венера"
Погорина А.В.



покупательница *Анна Владимировна*

УЧРЕЖДЕНИЕ 20-ти ФУНКТНОЕ МЕНЮ

(с солёными овощами)

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

19 день

Директор ООО "Венера"
Погосова В.
(подпись)

Прием-вещи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			№ рецепта (уникальный)	Сборник рецептур	
	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	Энергетическая ценность, ккал		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			К, мг
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	250/2	7,1	6,1	24,4	183,0	0,1	0,9	0,0	0,4	185,4	23,4	142,0	0,6	93	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №98	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	0,0	1,1	0,0	0,0	11,6	3,6	8,7	0,3	388	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	0,0	0,0	0,1	0,8	8,1	9,9	21,1	0,6	1	2011
II Завтрак															
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	0,0	1,4	0,0	0,0	11,3	6,5	11,3	2,2	399	2011
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,9	3,6	4,9	64,6	0,0	2,3	0,0	1,6	19,0	11,3	22,2	0,7	333	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ №80	200	1,7	2,1	13,7	81,1	0,1	5,3	0,2	1,0	17,4	19,2	44,8	0,7	80	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОНКИ, ШИШЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ №282	60/5	13,5	16,7	12,5	282,7	0,0	0,1	0,0	0,8	33,8	24,3	140,7	2,1	282	2011
РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	0,1	11,5	0,3	0,3	41,4	24,7	68,9	1,2	344	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	1,6	0,0	0,0	376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
Полдник															
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) №235	130	20,0	13,7	29,9	333,4	0,0	0,2	0,1	0,5	157,6	30,2	225,8	1,4	235	2011
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	30	0,5	1,1	3,3	26,2	0,0	0,1	0,0	0,0	16,2	2,1	11,8	0,0	351	2011
МОЛОКО КВАШЕНОЕ №400	200	5,6	4,9	9,3	104,8	0,1	1,0	0,1	0,0	204,0	22,4	144,0	0,2	400	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	6,3	11,9	30,2	0,7		
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ №170	50	3,4	6,3	27,3	179,9	0,1	0,0	0,0	1,5	8,0	5,4	28,1	0,3	470	2011
Всего за день:		65,3	68,7	237,8	1 872,6	0,7	23,9	0,8	8,8	738,8	206,0	935,9	13,1		

Дошкольное учреждение
№ 85
Детский сад
№ 85
г. Кировоград

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

20 день

Примерное наименование блюда

Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур			
	Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг		Мб, мг	Р, мг	
200/5	9,3	4,0	39,2	0,2	0,9	0,0	0,0	197,9	40,5	245,3	1,8	195	2011
180	2,8	2,2	15,4	0,0	0,5	0,0	0,0	98,9	15,2	74,3	0,3	395	2011
40	3,0	1,2	20,8	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	5,2	26,0	0,4		
10	2,2	2,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	74,8	2,8	40,0	0,1	7	2011
200	3,0	1,0	42,0	0,1	20,0	0,1	0,0	16,0	84,0	56,0	1,2	398	2011
Завтрак													
60	1,0	2,0	6,1	0,0	2,8	0,0	0,2	22,7	13,0	25,9	0,8	324	2011
200	1,5	4,0	10,0	0,0	6,6	0,2	1,8	36,7	20,4	39,0	1,1	57	2011
160	10,7	7,2	28,8	0,3	10,0	2,6	0,6	24,6	42,0	199,8	4,0	291	2011
30	0,4	1,2	1,7	0,0	0,0	0,0	0,0	7,8	1,0	5,5	0,0	354	2011
180	0,1	0,0	25,7	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	3,0	6,1	0,2	383	2011
50	3,3	0,4	21,2	0,1	0,0	0,0	1,1	9,0	9,5	43,5	2,0		
Обед													
60	0,5	0,1	1,0	0,0	3,0	0,0	0,0	13,8	8,4	14,4	0,4		
80/5	13,6	11,2	3,4	0,0	0,1	0,0	1,7	29,8	3,9	36,8	0,3	288	2011
130	3,3	3,4	34,4	0,0	0,4	0,3	0,4	18,5	27,9	72,6	0,7	166	2011
190/10	0,1	0,0	9,8	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	302	2011
20	1,5	0,1	10,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	16,8	0,4		
30	0,8	1,0	23,2	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	3,0	10,8	0,5		
57,1	42,5		290,5	0,7	52,1	3,2	6,4	578,9	289,4	886,3	14,4		
Полдник													
60	0,5	0,1	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
80/5	13,6	11,2	3,4	0,0	0,1	0,0	1,7	29,8	3,9	36,8	0,3	288	2011
130	3,3	3,4	34,4	0,0	0,4	0,3	0,4	18,5	27,9	72,6	0,7	166	2011
190/10	0,1	0,0	9,8	0,0	0,0	0,0	0,0	9,4	3,0	2,3	0,2	302	2011
20	1,5	0,1	10,0	0,0	0,0	0,0	0,4	4,6	6,6	16,8	0,4		
30	0,8	1,0	23,2	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	3,0	10,8	0,5		
57,1	42,5		290,5	0,7	52,1	3,2	6,4	578,9	289,4	886,3	14,4		
Итого по примерному меню													
Итого													
б	ж	ж	уг	ккал							с		
1 371,6	1 270,0	4 882,2	37 243,3	988,7									
68,6	63,5	244,1	1862,2	49,4									

Итого за период	б	ж	ж	уг	ккал	с
Среднее значение за период	1 371,6	1 270,0	4 882,2	37 243,3	988,7	
	68,6	63,5	244,1	1862,2	49,4	

Источник рецептуры:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-584с.

Директор ООО "Венера"
Погосян А.В.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение №85 Кировского района Волгограда Детский сад №85

