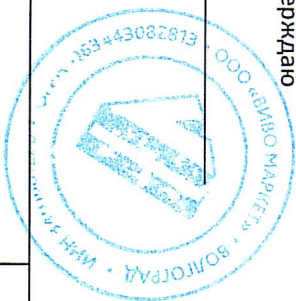


Утверждаю



УРЕЖИМЕРНОВАНАЕ 20-ТА ДННЕВАНОЕ МЕСЯЦА

(с соевыми овощами)

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



Согласовываю

Заведующий

МОУ д/я № 246

С. В. Ставилько

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) С МАСЛОМ №94 | 150/5 | 3,5 | 6,1 | 12,7 | 125,7 | 94 | 2011 |
| | | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | |
| Итого за завтрак | | 335 | 8,4 | 9,3 | 39,3 | 280,5 | | |
| 2 Завтрак | | | | | | | | |
| Итого за 2 завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | 82 | 2011 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82 | 150 | 1,8 | 1,8 | 12,1 | 70,9 | 305 | 2011 |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305 | 50 | 8,3 | 8,2 | 8,1 | 139,6 | 321 | 2011 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 110 | 2,3 | 3,3 | 15,6 | 104,9 | 376 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | | |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| Итого за обед | | 530 | 15,8 | 16,3 | 68,2 | 485,8 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276 | 150 | 17,4 | 16,4 | 16,8 | 288,0 | 276 | 2011 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,1 | 0,1 | 7,5 | 35,5 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 405 | 22,7 | 20,4 | 63,0 | 530,2 | | |
| Всего за день: | | | 47,7 | 46,2 | 185,2 | 1359,1 | | |

Повар _____

Утверждаю



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю
Заведующий
МОН



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 | 130 | 13,1 | 16,4 | 2,5 | 215,3 | 215 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| Итого за завтрак | | 300 | 18,9 | 20,7 | 19,8 | 346,3 | | |
| 2 Завтрак | | | | | | | | |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Обед | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ №80 | | 150 | 1,3 | 1,7 | 10,1 | 60,9 | 80 | 2011 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298 | | 120/15 | 10,6 | 10,4 | 9,3 | 177,2 | 298 | 2011 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| Итого за обед | | 510 | 15,6 | 14,4 | 64,0 | 452,4 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ №240 | | 130 | 17,8 | 15,7 | 16,9 | 292,8 | 240 | 2011 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | | 50 | 1,0 | 2,5 | 3,5 | 43,9 | 350 | 2011 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | | 200 | 3,1 | 2,4 | 14,8 | 93,9 | 395 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 23,4 | 20,7 | 44,9 | 476,6 | | |
| Всего за день: | | | 58,5 | 56,4 | 143,0 | 1343,7 | | |

Повар

Утверждаю



ПРЕИМУЩЕСТВО 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 3 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (манная) №185 | 150 | 6,1 | 3,4 | 26,8 | 163,0 | 185 | 2011 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ №397 | 150 | 3,1 | 2,5 | 12,3 | 84,7 | 397 | 2011 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 | 45 | 5,5 | 5 | 0,3 | 68,6 | 213 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| Итого за завтрак | | 365 | 16,2 | 11,5 | 49,7 | 368,7 | | |
| 2. Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57 | 150 | 1,0 | 2,9 | 7,1 | 59,1 | 57 | 2011 |
| | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 | 50 | 8,3 | 8,5 | 8,1 | 144,9 | 282 | 2011 |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 | 110 | 5,7 | 6,4 | 26,3 | 191,4 | 166 | 2011 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ №354 | 30 | 0,4 | 1,2 | 1,8 | 23,0 | 354 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3 | 0,1 | 0 | 7,0 | 29,0 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| Итого за обед | | 550 | 17,0 | 19,2 | 59,3 | 492,1 | | |
| Уплотненный ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| | ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324 | 30 | 0,5 | 1,1 | 3,0 | 25,0 | 324 | 2011 |
| | ФРИКАДЕЛКИ "ЯКУСНЯЦКА" ТТК № 32 | 100 | 14,0 | 20,6 | 14,2 | 298,3 | ТТК № 32 | |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | 30 | 0,6 | 1,6 | 2,2 | 26,9 | 350 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | 372 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | |
| Итого за Уплотненный ПОЛДНИК | | 340 | 17,4 | 23,6 | 51,4 | 490,9 | | |
| Всего за день: | | | 51,4 | 54,5 | 175,1 | 1414,3 | | |

Повар _____

Утверждаю



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соленьями овощами)

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

Согласовываю
Заведующий
МОН 9162246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 4 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94 | 150 | 4,4 | 4,1 | 12,5 | 106,5 | 94 | 2011 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| | СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7 | 10 | 2,2 | 2,9 | 0 | 35,3 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 330 | 10,7 | 9,9 | 34,0 | 270,4 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | | |
| | ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 | 150 | 1,1 | 3,0 | 5,3 | 52,9 | 67 | 2011 |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304 | 130 | 24,9 | 26,9 | 21,5 | 431,9 | 304 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| Итого за обед | | 480 | 27,6 | 30,1 | 47,6 | 576,2 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ №211 | 130 | 9,4 | 8,5 | 28,6 | 234,0 | 211 | 2011 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 | 20 | 0,4 | 0,8 | 2,3 | 17,4 | 351 | 2011 |
| | КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 401 | 2011 |
| | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473 | 50 | 4,0 | 3,0 | 29,6 | 160,9 | 473 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 350 | 18,1 | 16,0 | 66,3 | 489,4 | | |
| Всего за день: | | | 57,0 | 56,6 | 162,2 | 1404,4 | | |

Повар _____

Утверждаю



**ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *г/с № 246*



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-----------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185 | 150 | 6,4 | 4,6 | 23,4 | 161,4 | 185 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94,3 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| Итого за завтрак | | 350 | 12,9 | 9,6 | 42,0 | 308,1 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б №77 | 150 | 2,0 | 2,3 | 11,7 | 75,8 | 77 | 2011 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276 | 130 | 15,2 | 14,2 | 14,6 | 249,9 | 276 | 2011 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | | |
| Итого за обед | | 520 | 22,1 | 18,8 | 78,5 | 575,5 | | |
| Уплотненный | | | | | | | | |
| | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ №255 | 50 | 6,9 | 2,7 | 4,8 | 74,1 | 255 | 2011 |
| | КАША РАССОЛГЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166 | 110 | 2,5 | 4,2 | 25,8 | 156,8 | 166 | 2011 |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 | 150 | 0,5 | 0,2 | 15,1 | 73,4 | 398 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | | |
| Итого за Уплотненный | | 370 | 12,8 | 10,0 | 63,1 | 411,0 | | |
| Всего за день: | | | 48,7 | 38,6 | 201,3 | 1359,7 | | |

Повар _____



Утверждено

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МОН

8/12/2016



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 6 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (манная) №185 | 150 | 6,1 | 3,4 | 26,5 | 161,8 | 185 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36,4 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 330 | 14,2 | 10,7 | 43,8 | 329,2 | | |
| 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 | | | | | | | | |
| | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ №85 | 150/15 | 1,5 | 2,3 | 8,8 | 60,7 | 85 | 2011 |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298 | 120/15 | 10,6 | 10,4 | 9,3 | 177,2 | 298 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,4 | 0,3 | 22,6 | 106,6 | | |
| Итого за обед | | 575 | 19,0 | 13,4 | 74,0 | 496,9 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ №249 | 50 | 8,2 | 2,9 | 1,3 | 64,8 | 249 | 2011 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 110 | 2,3 | 3,4 | 15,7 | 106,3 | 321 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3 | 0,1 | 0 | 7,0 | 29,0 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 390 | 16,2 | 10,3 | 62,6 | 413,4 | | |
| Всего за день: | | | 50,1 | 34,9 | 212,3 | 1376,5 | | |

Повар _____

Утверждено



ДИЕТИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

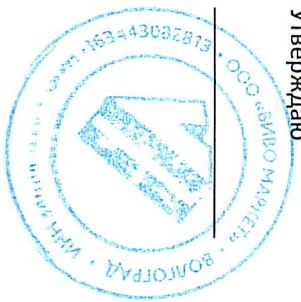
МОН *Григорьев*



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 7 | | | | | | | | |
| Завтрак | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 | 130 | 13,1 | 16,4 | 2,5 | 215,3 | 215 | 2011 |
| | Чай с сахаром или сгущенным молоком | 150/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | |
| Итого за завтрак | | 330 | 15,5 | 17,3 | 27,7 | 333,3 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ №83 | 150/15 | 4,1 | 4,0 | 10,4 | 94,0 | 83 | 2011 |
| | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292 | 130 | 13,1 | 6,8 | 27,4 | 239,9 | 292 | 2011 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ №354 | 20 | 0,2 | 0,8 | 1,1 | 14,8 | 354 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | 372 | 2011 |
| | ХЛЕБ РУЖАНОЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71,4 | | |
| Итого за обед | | 530 | 20,1 | 12,0 | 71,8 | 496,0 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ №238 | 130 | 15,5 | 13,2 | 31,0 | 309,2 | 238 | 2011 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | 20 | 0,4 | 1,1 | 1,5 | 17,6 | 350 | 2011 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | БАТОН | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 315 | 19,6 | 17,0 | 51,4 | 442,3 | | |
| Всего за день: | | | 56,0 | 46,5 | 165,6 | 1334,2 | | |

Повар _____

Утверждаю



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

Согласовываю
Заведующий _____
МОУ *Д/С № 246*



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185 | 150 | 6,4 | 4,6 | 23,9 | 163,1 | 185 | 2011 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ №397 | 150 | 3,1 | 2,5 | 12,3 | 84,7 | 397 | 2011 |
| | ЯИЦА ВАРЕННЫЕ №213 | 45 | 5,5 | 5 | 0,3 | 68,6 | 213 | 2011 |
| Итого за завтрак | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| Итого за завтрак | | 365 | 16,5 | 12,7 | 46,8 | 368,8 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 | 150 | 1,1 | 3,0 | 5,2 | 52,7 | 67 | 2011 |
| | ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 | 50/30 | 7,6 | 7,8 | 9,2 | 143,9 | 286 | 2011 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 110 | 2,3 | 3,3 | 15,6 | 104,9 | 321 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10,0 | 41,7 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ РУЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | | |
| Итого за обед | | 617 | 15,0 | 14,5 | 64,1 | 458,9 | | |
| Уплотненный полдник | СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК № 34 | 120 | 16,1 | 23,4 | 19,1 | 351,5 | ТТК № 34 | |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 | 30 | 0,5 | 1,1 | 2,3 | 24,4 | 355 | 2011 |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 | 150 | 0,5 | 0,2 | 15,1 | 73,4 | 398 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 320 | 18,6 | 24,8 | 46,5 | 496,7 | | |
| Всего за день: | | | 50,7 | 52,6 | 171,7 | 1392,8 | | |

Повар _____

Утверждаю



ПЕРИМЕТРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

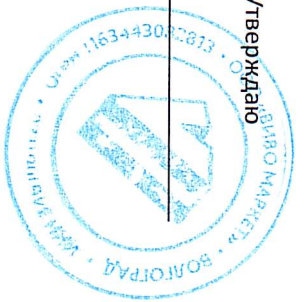
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю
Заведующий
МОУ *детский сад № 246*



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 9 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 | 150 | 7,0 | 3,5 | 29,1 | 175,4 | 185 | 2011 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| | Сыр (ТОРЦИЯМИ) №7 | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36,4 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 330 | 15,1 | 10,8 | 46,4 | 342,8 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57 | 150 | 1,0 | 2,9 | 7,0 | 58,9 | 57 | 2011 |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ №294 | 130/5 | 16,9 | 10,2 | 14,2 | 241,8 | 294 | 2011 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | |
| Итого за обед | | 505 | 21,0 | 15,4 | 61,8 | 496,6 | | |
| Уплотненный полдник | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ №212 | 130 | 11,7 | 6,7 | 27,5 | 219,8 | 212 | 2011 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 | 50 | 0,9 | 1,8 | 5,6 | 43,7 | 351 | 2011 |
| | КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 | 180 | 5 | 4,4 | 7 | 92,5 | 401 | 2011 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 380 | 19,1 | 14,9 | 55,0 | 439,4 | | |
| Всего за день: | | | 56,1 | 41,3 | 180,9 | 1353,9 | | |

Повар _____



Утверждаю

ПРЕДУМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю
Заведующий

МОУ 91/02-246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---------------------|--------------------------------|--|------------------|------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| Неделя 2 День 10 | Завтрак | | | | | | | | |
| | | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 | 130 | 13,1 | 16,4 | 2,5 | 215,3 | 215 | 2011 |
| | | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН | 150 25 | 2,6 1,9 | 2,3 0,7 | 10,9 12,9 | 75,0 65,5 | 394 | 2011 |
| | Итого за завтрак | 305 | 17,6 | 19,4 | 26,3 | 355,8 | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 | |
| | Итого за 2 завтрак | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | | |
| Обед | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ №82 | 150 | 2,3 | 1,8 | 12,7 | 75,1 | 82 | 2011 |
| | | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302 | 150 | 13,9 | 13,0 | 14,8 | 235,3 | 302 | 2011 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| | Итого за обед | 540 | 20,5 | 15,3 | 66,6 | 489,8 | | | |
| Уплотненный полдник | | КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 | 50 | 8,3 | 8,5 | 8,1 | 144,9 | 282 | 2011 |
| | | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 | 110 | 5,7 | 6,4 | 26,3 | 191,4 | 166 | 2011 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ САХАРИНОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЕ | 150/10 | 0 | 0 | 9,8 | 39,2 | 392 | 2011 |
| | | №302 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| | Итого за Уплотненный полдник | 345 | 15,9 | 15,1 | 56,7 | 434,7 | | | |
| | Всего за день: | | 54,9 | 50,0 | 167,3 | 1355,4 | | | |

Повар _____

Утверждаю



**ПРЕИМУЩЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

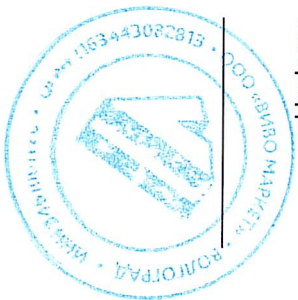
Согласовываю
Заведующий
МОУ *г. Искра*



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 3 | | | | | | | | |
| День 11 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) №94 | 150 | 3,5 | 3,9 | 12,3 | 100,8 | 94 | 2011 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 | 395 | 2011 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,2 | 2,9 | 0 | 35,3 | 7 | 2011 |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | |
| | Итого за завтрак | | 340 | 10,3 | 9,5 | 39,1 | 286,0 | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | ПОМИДОРЫ СОПЕНЫЕ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | 77 | 2011 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77 | 150 | 1,6 | 1,8 | 11,7 | 68,3 | 77 | 2011 |
| | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292 | 150 | 15,1 | 7,9 | 31,5 | 276,4 | 292 | 2011 |
| | КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | 372 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| | Итого за обед | | 520 | 19,9 | 10,1 | 79,8 | 508,8 | |
| Уплотненный полдник | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54 | 30 | 0,4 | 1,5 | 2,3 | 24,6 | 54 | 2011 |
| | БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33 | 50 | 6,1 | 11,3 | 6,2 | 151,2 | ТТК № 33 | |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 | 30 | 0,5 | 1,1 | 2,3 | 24,4 | 355 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10,0 | 41,7 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 377 | 12,8 | 17,9 | 59,7 | 456,6 | | |
| Всего за день: | | | 43,6 | 38,1 | 192,9 | 1319,8 | | |

Повар _____

Утверждаю



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ

01.08.2011



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | |
|------------------------------|--|---------------------|---|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|-----|------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | |
| Неделя 3 День 12 | КАША ЖИДКАЯ (манная) №185 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 БАТОН | 130 | 5,3 | 3,0 | 22,8 | 139,9 | 185 | 2011 | | |
| | | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 | | |
| | | 45 | 5,5 | 5 | 0,3 | 68,6 | 213 | 2011 | | |
| | | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | | | |
| | | 345 | 16,6 | 12,3 | 40,4 | 339,5 | | | | |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 | | |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 | | |
| | | 150 | 1,1 | 3,0 | 5,3 | 52,9 | 67 | 2011 | | |
| | | 50 | 8,3 | 8,2 | 8,1 | 141,8 | 282 | 2011 | | |
| | | 110 | 5,7 | 6,4 | 26,3 | 191,4 | 166 | 2011 | | |
| | | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 | | |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | | | |
| | | 510 | 16,9 | 19,7 | 71,8 | 541,2 | | | | |
| | | Итого за обед | | | | | | | | |
| | | Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ №188 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 КЕФИР, АЛИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ | 130 | 4,7 | 3,9 | 36,7 | 203,7 | 188 | 2011 |
| | | | | 30 | 0,5 | 1,1 | 3,3 | 26,2 | 351 | 2011 |
| 150 | 4,3 | | | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 401 | 2011 | | |
| 20 | 1,5 | | | 0,1 | 9,7 | 46 | | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | | | | | |
| Итого за день: | | 350 | 12,5 | 10,8 | 70,4 | 436,4 | | | | |
| Всего за день: | | | 46,9 | 43,0 | 200,3 | 1392,2 | | | | |

Повар _____

Утверждаю



ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ

01.02.2016

246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | | | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|--|---------------------------------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | | | | | | | | |
| Неделя 3 День 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | ЗАВТРАК | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 | 150 | 7,0 | 3,5 | 29,6 | 177,3 | 185 | 2011 |
| | | | | | | | | | | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 180 | 3,1 | 2,7 | 13,1 | 89,7 | 394 | 2011 |
| Итого за завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | | |
| | | | | | | | | | | 360 | 12,4 | 7,1 | 58,1 | 345,6 | | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 | | | | | | | | | |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | 82 | 2011 | |
| | | | | | | | | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82 | 150 | 1,8 | 1,8 | 12,1 | 70,9 | 82 | 2011 | |
| | | | | | | | | | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 | 50/30 | 7,6 | 7,8 | 9,2 | 143,9 | 286 | 2011 | |
| | | | | | | | | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336 | 120 | 2,7 | 4,5 | 11,5 | 98,6 | 336 | 2011 | |
| | | | | | | | | | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 | |
| | | | | | | | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | | |
| | | | | | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | |
| | | | | | | | | | | 590 | 16,4 | 14,6 | 71,9 | 492,8 | | | |
| | | | | | | | | | Итого за обед | | 590 | 16,4 | 14,6 | 71,9 | 492,8 | | |
| Уплотненный полдник | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151 | 50 | 8,5 | 4,4 | 2,1 | 82,7 | 268 | 2011 | |
| | | | | | | | | | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 120 | 2,4 | 3,8 | 14,6 | 108,9 | 151 | 2011 | |
| | | | | | | | | | БАТОН | 190/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 | |
| | | | | | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | БЛЮЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 | | | | | | | | | |
| Итого за день: | | 440 | 16,0 | 13,6 | 63,3 | 447,5 | | | | | | | | | | | |
| | | | 45,4 | 35,9 | 207,6 | 1354,3 | | | | | | | | | | | |

Повар _____



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ

№ 246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|------------------|------------------|---------|-------------|--------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| Неделя 3 День 14 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №208 КАКАО С МОЛОКОМ №397 БАТОН | 130 | 6,3 | 7,9 | 25,4 | 203,6 | 208 | 2011 | |
| | | 180 | 3,7 | 3,1 | 14,0 | 99,3 | 397 | 2011 | |
| | | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | | |
| | | 330 | 11,5 | 11,6 | 49,7 | 355,3 | | | |
| | | Итого за завтрак | | | | | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 | |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | | |
| Обед | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б №57 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276 КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | | | |
| | | 150 | 1,5 | 3,0 | 7,0 | 62,4 | 57 | 2011 | |
| | | 150 | 17,4 | 16,4 | 16,8 | 288,0 | 276 | 2011 | |
| | | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | 372 | 2011 | |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | | |
| | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | |
| | | Итого за обед | | 520 | 22,1 | 19,8 | 60,4 | 514,5 | |
| Уплотненный полдник | ФРИКАДЕЛКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32 СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 14,0 | 20,7 | 14,2 | 299,1 | ТТК № 32 | | |
| | | 30 | 0,6 | 1,6 | 2,2 | 26,9 | 350 | 2011 | |
| | | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | 398 | 2011 | |
| | | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 335 | 17,1 | 22,8 | 47,0 | 473,5 | | | |
| Всего за день: | | | 51,5 | 54,4 | 171,8 | 1405,9 | | | |

Повар _____



Утверждаю

**ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

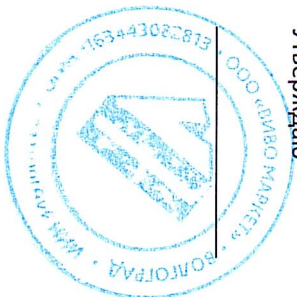
Согласовываю
Заведующий
МОУ детский сад № 246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | |
|-------------------------------------|--|----------------------------|---|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|-----|------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | |
| Неделя 3 День 15 | Завтрак СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7 | 150 | 4,4 | 4,1 | 12,4 | 106,1 | 94 | 2011 | | |
| | | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 | | |
| | | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | | | |
| | | 10 | 2,2 | 2,9 | 0 | 35,3 | 7 | 2011 | | |
| Итого за завтрак | | 350 | 13,9 | 11,9 | 40,0 | 324,8 | | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 | | |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | | | |
| Обед | ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ НА К/Б №80 ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РУЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | 80 | 2011 | | |
| | | 150 | 1,8 | 1,7 | 10,7 | 65,1 | 302 | 2011 | | |
| | | 150 | 13,9 | 13,0 | 14,8 | 235,3 | 383 | 2011 | | |
| | | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | | | | |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | | | |
| | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | | |
| | | Итого за обед | | 520 | 19,2 | 17,7 | 67,4 | 509,1 | | |
| | | Уплотненный полдник | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЛЮЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 120/15 | 10,6 | 10,4 | 9,3 | 177,2 | 298 | 2011 |
| | | | | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10,0 | 41,7 | 393 | 2011 |
| | | | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| 50 | 3,5 | | | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 402 | 15,8 | 15,8 | 56,1 | 435,4 | | | | |
| Всего за день: | | | 49,7 | 45,6 | 178,2 | 1331,9 | | | | |

Повар _____

Утверждаю



**ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(с соевыми овощами)**

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

Согласовываю
Заведующий
МУУ 9.10.16 246



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 4 День 16 | Завтрак ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН | 130 | 13,1 | 16,4 | 2,5 | 215,3 | 215 | 2011 |
| | | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | |
| Итого за завтрак | | 300 | 18,9 | 20,7 | 19,8 | 346,3 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ №67 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | 67 | 2011 |
| | | 150 | 1,7 | 3,0 | 5,9 | 57,7 | 67 | 2011 |
| | | 130 | 24,9 | 26,9 | 21,5 | 431,9 | 304 | 2011 |
| | | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| Итого за обед | | 480 | 28,1 | 30,1 | 48,0 | 580,8 | | |
| Уплотненный полдник | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268 РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧУЧУ С ОВОЩАМИ, ДУМ-СЫРОМ, ДУМ-СЫРОМ, МЕДОВИ, ПОВИДЛОМ №202 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 8,5 | 4,4 | 2,1 | 82,7 | 268 | 2011 |
| | | 110 | 2,0 | 4,3 | 10,8 | 97,7 | 344 | 2011 |
| | | 150/10 | 0 | 0 | 9,8 | 39,2 | 392 | 2011 |
| | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | 478 | 2011 |
| | | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 390 | 15,5 | 14,1 | 59,5 | 436,1 | | |
| Всего за день: | | | 63,1 | 65,5 | 141,6 | 1431,6 | | |

Повар _____



Утверждаю

ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соленьями овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МУ

9/10/2016



| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 4 День 17 | Завтрак СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) №94 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7 | 150 | 3,5 | 3,9 | 12,3 | 100,8 | 94 | 2011 |
| | | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| | | 10 | 2,2 | 2,9 | 0 | 35,3 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 350 | 11,3 | 10,3 | 44,1 | | 317,1 | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ №56 ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ №288 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | | 150 | 0,9 | 2,9 | 5,4 | 51,8 | 56 | 2011 |
| | | 50/30 | 8,3 | 9,8 | 6,6 | 154,2 | 288 | 2011 |
| | | 110 | 4,1 | 4,4 | 26,3 | 166,1 | 205 | 2011 |
| | | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | | 540 | 15,1 | 19,2 | 70,4 | 527,2 | | |
| Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА №237 СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 130 | 23,3 | 15,5 | 19,9 | 321,9 | 237 | 2011 |
| | | 30 | 0,6 | 1,6 | 2,2 | 26,9 | 350 | 2011 |
| | | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 401 | 2011 |
| | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 330 | 29,7 | 20,9 | 37,9 | 473,3 | | |
| Всего за день: | | | 56,9 | 50,6 | 167,1 | 1380,2 | | |

Повар _____



Утверждаю

ДИЕТМЕДИЦИНСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

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



Согласовываю

Заведующий

МОУ

Г.С.И. 246

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 4 День 18 | ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185 КАКАО С МОЛОКОМ №397 БАТОН | 150 | 6,4 | 4,6 | 22,9 | 159,2 | 185 | 2011 |
| | | 150 | 3,0 | 2,5 | 12,6 | 84,9 | 397 | 2011 |
| | | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | |
| Итого за завтрак | | 330 | 11,7 | 8,0 | 50,9 | 322,7 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | 77 | 2011 |
| | | 150 | 1,6 | 2,2 | 11,7 | 72,7 | 286 | 2011 |
| | | 50/30 | 7,6 | 7,8 | 9,2 | 143,9 | 166 | 2011 |
| | | 110 | 5,7 | 6,4 | 26,3 | 191,4 | 372 | 2011 |
| | | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 | | |
| | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| Итого за обед | | 540 | 16,6 | 16,7 | 73,8 | 524,7 | | |
| Уплотненный полдник | БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 6,1 | 11,3 | 6,2 | 151,2 | ТТК № 33 | |
| | | 110 | 2,3 | 3,4 | 15,7 | 106,3 | 321 | 2011 |
| | | 150 | 0,5 | 0,2 | 14,8 | 72,2 | 398 | 2011 |
| | | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| | | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 355 | 12,3 | 17,1 | 64,1 | 472,3 | | |
| Всего за день: | | | 41,2 | 42,4 | 203,1 | 1388,1 | | |

Повар _____

Утверждаю



ДИЕТМЕНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с солёными овощами)

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

Согласовываю

Заведующий

МОВ

9/10/11 246



| Применение пищи | Применение пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | |
|-------------------------------------|--|-------------------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| Неделя 4 День 19 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93 | 150 | 4,3 | 3,8 | 14,8 | 112,6 | 93 | 2011 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3 | 0,1 | 0 | 7,0 | 29,0 | 393 | 2011 | |
| | ЯИЦА ВАРЕННЫЕ №213 | 45 | 5,5 | 5 | 0,3 | 68,6 | 213 | 2011 | |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | | |
| | Итого за завтрак | | 385 | 12,2 | 9,7 | 37,5 | 288,8 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 | |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ №80 | 150 | 1,3 | 1,7 | 10,1 | 60,9 | 80 | 2011 | |
| | КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 | 50 | 8,3 | 8,2 | 8,1 | 141,8 | 282 | 2011 | |
| | РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 | 110 | 2,0 | 4,3 | 10,8 | 97,7 | 344 | 2011 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 | |
| | ХЛЕБ РУЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | |
| | Итого за обед | | 550 | 15,9 | 14,7 | 68,1 | 479,8 | | |
| | Уплотнённый полдник | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) №235 | 130 | 20,1 | 13,9 | 31,0 | 339,4 | 235 | 2011 |
| | | СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | 40 | 0,8 | 2,1 | 2,7 | 34,4 | 350 | 2011 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | | |
| Итого за Уплотнённый полдник | | 350 | 27,4 | 19,9 | 55,3 | 521,3 | | | |
| Всего за день: | | | 56,3 | 44,5 | 175,6 | 1352,5 | | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОВ

01.02.2016

ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соленьями овощами)

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



| Примем пищи | Примем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | | |
|-------------------------------------|---|--|-------------------------|---|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | | |
| Неделя 4 День 20 | Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 | 150 | 7,0 | 3,5 | 29,6 | 177,3 | 185 | 2011 | | |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,1 | 70,1 | 395 | 2011 | | |
| | | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | | | | |
| | | СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7 | 10 | 2,2 | 2,9 | 0 | 35,3 | 7 | 2011 | | |
| Итого за завтрак | | 330 | 13,0 | 8,8 | 51,0 | 335,1 | | | | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 | | | |
| Итого за 2 завтрака | | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | | | | |
| Обед | Икра кабачковая консервированная | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57 | 150 | 1,0 | 2,9 | 7,0 | 58,9 | 57 | 2011 | | |
| | | САЛАТ С ОВОЩАМИ И ПЕРЦЕМ №204 | 130 | 8,6 | 4,9 | 21,9 | 177,8 | 291 | 2011 | | |
| | | СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | 15 | 0,3 | 0,9 | 1,2 | 14,2 | 350 | 2011 | | |
| | | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | | | |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | | | |
| | | Итого за обед | | 540 | 15,1 | 12,0 | 83,0 | 512,2 | | | |
| | | Уплотненный полдник | Помидоры соленые | СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК № 34 | 30 | 0,3 | 0 | 0,7 | 4,1 | | |
| | | | | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 | 100 | 13,5 | 19,4 | 16,0 | 292,9 | ТТК № 34 | |
| | | | | САЛАТ С ОВОЩАМИ, ДАКЦИОМ, ПОВИДЛОМ №202 | 30 | 0,5 | 1,1 | 2,3 | 24,4 | 355 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 150/10 | | | 0 | 0 | 9,8 | 39,2 | 392 | 2011 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | | | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 360 | 17,3 | 22,6 | 53,7 | 491,4 | | | | | |
| Всего за день: | | | 46,2 | 43,6 | 202,4 | 1401,3 | | | | | |

Повар _____