

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) с маслом ТТК №107	160/5	3,8	6,3	13,6	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	8,5	65,4	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		355	9,4	9,8	42,7	301,8		
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								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №88	150	1,8	1,8	12,1	70,9	ТТК №88	
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	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		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		530	13,6	16,1	68,2	455,8		
Уплотненный полдник								
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	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	23,1	20,7	61,8	529,5		
Всего за день:			46,9	46,8	187,4	1349,7		

Повар

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень**

МОУ _____
Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 2								
Завтрак	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	15,8	13,3	36,2	374,2		
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								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ТТК №44	150	1,3	1,7	10,1	60,9	ТТК №44	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	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	12,6	14,4	66	452,4		
Уплотненный полдник								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ ТТК №157	130	10,8	10,7	30,9	232,8	ТТК №157	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	50	1	2,5	3,5	43,9	350	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	11,4	80,3	395	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за уплотненный полдник		400	16,4	15,7	55,5	403		
Всего за день:			45,4	44	172	1298		

Повар _____

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	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								
Итого за 2 завтрак								
Обед								
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399								
		150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ								
		30	0,2	0	0,5	3,9		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28								
		150	1	2,9	7,1	59,1	ТТК №28	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61								
		50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61	
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	354	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393								
		150/7/3	0,1	0	7	29	393	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ								
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		550	15	19,2	66,3	492,1		
Уплотненный полдник								
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324								
		30	0,5	1,1	3	25	324	2011
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32								
		100	8,1	8,5	14,2	178,4	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	11,5	11,5	51,4	371		
Всего за день:			43,5	42,4	182,1	1294,4		

Повар

Утверждено



Согласовываю

[Signature]

Заведующий



МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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

Прием пищи	Примем 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 КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	8,5	65,4	394	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		355	12	9,4	46,7	320,6		
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	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	150	1,1	3	5,3	52,9	ТТК №47	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	13,6	19,1	62,6	436,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ ТТК №150	130	7,4	7,5	32,6	194	ТТК №150	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	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за УПЛОТНЕННЫЙ полдник		350	16,1	15	70,3	449,4		
Всего за день:			42,3	44,1	193,9	1274,6		

Повар _____



Утверждено

[Handwritten signature]

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	161,4	ТТК №104
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	2011
Итого за завтрак		350	14,5	9,8	56,1	371	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	2011
Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №833	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯС ТТК №871	150	2	2,3	11,7	75,8	ТТК №871
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	130	9	12,5	10,6	174,9	ТТК №7
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №883	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	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	15,9	17,1	74,5	500,5	
Уплотненный							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166	110	2,5	4,2	25,8	156,8	166
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	15,1	73,4	398
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого за УПЛОТНЕННЫЙ завтрак		370	10,8	13	63,1	401	
Всего за день:			42,1	40,1	211,4	1347,6	

Повар _____



Утверждаю

Согласовываю



Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,2	3,4	26,7	162,5	ТТК №83	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	18,2	7	2011
Итого за завтрак		355	15,5	10,1	59,4	390,3		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137	388	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ ТТК №201	150/15	1,5	2,3	8,8	60,7	ТТК №201	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	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	16	13,4	76	496,9		
Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73	50	6,2	8,9	1,3	44,8	ТТК №73	
	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	29	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	14,2	16,3	62,6	393,4		
Всего за день:			46,4	40,3	229,9	1417,6		

Повар _____



Согласовываю _____
 Заведующий _____

МОУ _____
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима - Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 7								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	5,1	20,4	392	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак			10,5	9,3	27	279,3		
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		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	130	9,1	7,8	37,4	239,9	ТТК №64	
	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	20	0,2	0,8	1,1	14,8	354	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	Итого за обед		530	16,1	13	81,8	496	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ ТТК №152	130	9,5	16,2	41	309,2	ТТК №152	2011
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №360	20	0,4	1,1	1,5	17,6	360	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	8,3	64,6	394	
	БАТОН	15	1,1	0,4	7,7	39,3		
Итого за уплотненный полдник			13,6	20	58,5	430,7		
Всего за день:			41	42,5	182	1268,6		

Повар _____



Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,9	163,1	ТТК №104
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	397
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
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
	Итого за 2 завтрак	150	0,6	0,6	14,3	68,4	2011
Обед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	150	1,1	3	5,2	52,7	ТТК №47
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого за обед		617	14	14,5	70,1	458,9	
Уплотненный полдник							
	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК №59	120	16,1	23,4	19,1	351,5	ТТК №59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	30	0,5	1,1	2,3	24,4	355
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	15,1	73,4	398
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	
Итого за Уплотненным полдник		320	18,6	24,8	46,5	496,7	
Всего за день:			49,7	52,6	177,7	1392,8	

Повар _____



Утверждено

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 9								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №150	150	7	3,5	29,1	175,4	ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	18,2	7	2011
	Итого за завтрак	355	16,3	10,2	61,8	403,2		
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 ТТК №28	150	1	2,9	7	58,9	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68	
	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	13	17,4	61,8	496,6		
Уплотненный полдник								
	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТТК №154	130	7,7	6,7	17,5	160,3	ТТК №154	
	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 Уплотненным полдником	380	15,1	14,9	45	379,9		
	Всего за день:		45,3	42,7	186,3	1354,8		

Повар _____



Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	10,9	75	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,1	11,9	40,1	370,6		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед								
Итого за обед		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С ГОВЕДИНЫМ ПОСЫПАННЫМ ПИЩЕВЫМИ КРУПЯНЫМИ НА КАРТОФЕЛЕ	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88/1	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	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		
	Итого за обед		540	21	15,9	66,5	496	
Уплотненный полдник								
Итого за уплотненный полдник		50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕШКИ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВУДЛОМ №302	150/8	0	0	7,9	31,4	392	2011
Итого за уплотненный полдник		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за день:		343	13,9	15,1	61,8	426,9		
Всего за день:			49,9	43,1	186,1	1368,6		

Повар _____



Согласовываю
 Заведующий *Дыченко В.В.*
 МОУ *ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ*
 от *20.10.2011*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 11								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,2	100,4	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,7	307,3		
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								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ ТТК №87	150	1,6	1,8	11,7	68,3	ТТК №87	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	15,1	7,9	31,5	276,4	ТТК №64	
	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	16,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	30	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011
		180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,5	0,1	10	47,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	377	12,8	22,9	59,7	456,6		
Итого за уплотненный полдник		377	12,8	22,9	59,7	456,6		
Всего за день:			43,7	42,1	200,5	1341,1		

Повар _____



Согласовываю _____
 Заведующий _____
 МОУ _____
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВОЛГОГРАДСКОГО РАЙОНА

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 3							
День 12							
Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	140	5,8	3,2	24,5	150,5	ТТК №83
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	0,3	0,3	68,6	213
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого за завтрак	355	17,1	12,5	42,1	350,1	
2 Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2011
Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	150	1,1	3	5,3	52,9	ТТК №47
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Итого за обед	510	14,9	20	78,8	544,3	
Уплотненный полдник							
	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ ТТК №153	130	3,7	3,9	26,7	163,7	ТТК №153
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	30	0,5	1,1	3,3	26,2	351
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	77,1	401
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4	
	Итого за Уплотненный полдник	350	11,5	10,8	60,4	396,4	
	Всего за день:		44,4	43,5	199	1365,9	

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

[Handwritten signature]

Заведующий

[Handwritten signature]

МОУ № 51



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 3							
День 13							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,6	177,3	ТТК №105
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	69,4	394
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	64,3	377,7	
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368
	Итого за 2 завтрак	150	0,6	0,6	14,3	68,4	2011
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №88	150	1,8	1,8	12,1	70,9	ТТК №88
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	
	Итого за обед	580	15,4	14,6	77,9	492,8	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	
Итого за Уплотненный полдник		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478
Итого за день:		440	14	17,4	63,3	437,5	
Всего за день:			43,6	40	219,8	1376,4	

Повар _____



Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 14								
Завтрак	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,3	9,3	29,3	235,6	ТТК №155	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	160	3,2	2,7	9,1	74,4	397	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	13,5	13,2	59	414,8		
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		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б ТТК №28/1	150	1,5	3	7	62,4	ТТК №28/1	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ 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	22,5	20,1	59,2	513,8		
Уплотненный полдник								
	ФРИКАДЕЛЬКИ 'ВКУСНЯШКА' ТТК № 32	100	8,1	8,5	14,2	178,4	ТТК № 32	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за уплотненный полдник		335	11,2	10,6	47	352,8		
Всего за день:			48	44,1	179,9	1344		

Повар _____

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,4	106,1	ТТК №106	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		350	13,3	10,6	42,5	320,3		
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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ НА КБ ТТК №44/1	150	1,8	1,7	10,7	65,1	ТТК №44/1	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	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	19,7	18,3	67,3	515,3		
Уплотненный полдник	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
Итого за Уплотненный полдник		402	12,8	15,8	56,1	435,4		
Всего за день:			46,6	44,9	182,6	1333,6		

Повар _____



Согласовываю
Заведующий
МОУ

Утверждено



Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 16							
Завтрак							
	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	0,4	0	2,1	10,5	215	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	8,4	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		15,8	13,3	36,2	374,2		
2 Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б ТТК №47/1	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47/1	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		14,1	19,1	63	440,8		
Уплотненный полдник							
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0	0	7,9	31,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	10	47,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за уплотненный полдник		13,5	17,9	57,6	418,3		
Всего за день:		44	50,9	171,1	1301,7		

Повар _____



Утверждено

Согласовываю

Заведующий *Давыдова В.А.*

МОУ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень**

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 17								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		350	10,7	9	46,6	312,6		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак								
Обед								
Итого за обед	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
	БОРЩ ТТК №200	150	0,9	2,9	5,4	51,8	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		540	15,1	19,2	79,4	527,2		
Уплотненный полдник								
Итого за уплотненный полдник								
Всего за день:								
Итого за уплотненный полдник		330	21,7	15,9	41,9	473,3		
Всего за день:			48,3	44,3	182,6	1375,7		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 4							
День 18							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	22,9	159,2	ТТК №104
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	160	3,1	2,6	9,1	73,3	397
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
Итого за завтрак		350	12,5	8,4	52,6	337,3	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368
	Итого за 2 завтрак	150	0,6	0,6	14,3	68,4	
Обед							
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87	150	1,6	2,2	11,7	72,7	ТТК №87
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за обед		540	15,6	16,7	79,8	524,7	
Уплотненный полдник							
	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33	50	6,1	16,3	6,2	151,2	ТТК № 33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,4	15,7	106,3	321
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	14,8	72,2	398
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4	
Итого за уплотненный полдник		355	12,3	22,1	64,1	472,3	
Всего за день:			41	47,8	210,8	1402,7	

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

[Handwritten signature]

Заведующий

[Handwritten signature]

МОУ

[Handwritten text]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Принимание пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4									
День 19									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3	0,1	0	7	29	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									
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ТТК №44	150	1,3	1,7	10,1	60,9	ТТК №44		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	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			
	Итого за обед	550	13,9	15	75,1	482,9			
	Уплотненный полдник								
	Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) ТТК №156	130	12,1	13,9	31	339,4	ТТК №156	
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 уплотненный полдник		350	19,4	19,9	55,3	521,3			
Всего за день:			46,3	44,8	182,6	1355,6			

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

[Signature]

Заведующий

[Signature]
 МОУ ДРФ ДТ
 от 01.09.2011



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4							
День 20							
Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	7	3,5	29,6	177,3	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	2,4	1,9	9,1	64,2	395	2011
	БАТОН	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		13,6	8,1	59,3	364		
2 Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрак		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,6	2,7	2,3	35,7		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	1	2,9	7	58,9	ТТК №28	
	САЛАТКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ШИРОСЛИВИМ ПЕЧЕНЬЮ (печенье) ТТК №24	6,6	12,9	18,9	177,8	ТТК №79	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	0,3	0,9	1,2	14,2	350	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		13,1	20	80	512,2		
Уплотненный полдник							
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	0,3	0	0,7	4,1		
	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК №59	6,75	10,3	17,6	209,6	ТТК №59	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0	0	7,9	31,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	10	47,4		
	ПЕЧЕНЬЕ	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за уплотненный полдник		10,55	13,5	53,4	400,3		
Всего за день:		38,05	41,8	207,4	1339,1		

Повар _____