



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий

МОУ *216*
Детский сад № 246



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Неделя 1 День 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) с маслом ТТК №107	160/5	3,8	6,3	13,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	8,5	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6		
	Итого за завтрак	355	9,4	9,8	42,7	301,8	
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	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
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
	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 поддник	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
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	
Итого за уплотненный поддник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
		405	23,1	20,7	61,8	529,5	
Всего за день:			46,9	46,8	187,4	1349,7	

Поваар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОН *М.Д.*



Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи	Неделя 1 День 3	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
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	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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	150	1	2,9	7,1	59,1	ТТК №28	
	КОГТЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61	
	КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЧНЕВАЯ) №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 РУКАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед		550	15	19,2	66,6	492,4	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	30	0,5	1,1	3	25	324	2011
	ФРИКАДЕЛКИ "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
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
			340	11,5	11,5	51,4	371	
Всего за день:			43,5	42,4	182,4	1294,7		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю

Заведующий

МОУ

Л. С.



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			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	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 (ТОРЦИЯМИ) №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 СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		
	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	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
Итого за обед		480	13,6	19,2	63	439,3		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ ТТК №150	130	7,4	7,5	32,6	194	ТТК №150	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	20	0,4	0,8	2,3	17,4	351	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАЦА, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
Итого за уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
		350	16,1	15	70,3	449,4		
Всего за день:			42,3	44,2	194,3	1277,7		

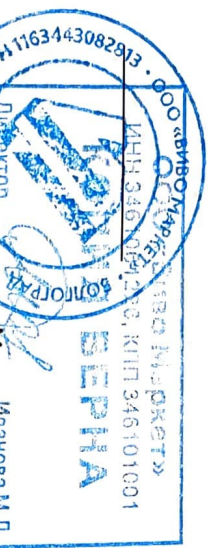
Повар _____

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ *М.П.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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				
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	2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
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	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	
		СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЛБ ТТК №87/1	150	2	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	130	9	12,5	10,6	174,9	ТТК №7	2011
		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		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
		520	15,9	17,1	74,5	500,5			
Уплотненный	ИГРА 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	2011
		150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011	
		30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за уплотненный		370	10,8	13	63,1	401			
Всего за день:			42,1	40,1	211,4	1347,6			

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ *Л.И.С.*
 Детский сад № 246
 * ИНН 344802014 * КПП 344801001 *
 * ОГРН 106346001139 *
 * ОГРНИП 10253003132 *
 * ОГРЮЛ 10253003132 *
 * ОГРП 10253003132 *
 * ОГРП 10253003132 *
 * ОГРП 10253003132 *

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 2 День 7	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ТОВАРИЩОМ №392	180/10	0,1	0	5,1	20,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		350	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 СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2	ТТК №202	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	130	9,1	7,8	37,4	239,9	ТТК №64	2011
	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	20	0,2	0,8	1,1	14,8	354	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	Итого за обед	530	16,1	13,1	82,2	499,1		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ ТТК №152	130	9,5	16,2	41	309,2	ТТК №152	
	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	8,3	64,6	394	2011
Итого за уплотненный полдник	БАТОН	15	1,1	0,4	7,7	39,3		
		315	13,6	20	58,5	430,7		
Всего за день:			41	42,6	182,4	1271,7		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Согласовываю
Заведующий
МОУ *И.И.И.*

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
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	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	16,5	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 завтрака		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	150	1,1	3	5,2	52,7	ТТК №47	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65	50/50	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011
	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	70,4	459,2		
Уплотненный полдник	СЫЧЕНИКИ "ПРЕВУЛКА" 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	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011
Итого за уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
		320	18,6	24,8	46,5	496,7		
Всего за день:			49,7	52,6	178	1393,1		

Повар _____

Утверждено



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю

Заведующий

МОУ *Либ*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №150	150	7	3,5	29,1	175,4	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак	СЫР (ГОРЦУЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	18,2	7	2011
		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 завтрака		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, РЖЕНКА №401	180	5	4,4	7	92,5	401	2011
Итого за уплотненным полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
		380	15,1	14,9	45	379,9		
Итого за 20-ти дневное меню			45,3	42,7	186,3	1354,8		

Всего за день:

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

Утверждено
Директор
Иванова И.Д.

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			
Завтрак Неделя 3 День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,2	100,4	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	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 СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87	150	1,6	1,8	11,7	68,3	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	15,1	7,9	31,5	276,4	ТТК №64	2011
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПРОДОВ №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	10,2	80,2	511,9	
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	БИТОНЧИК "ГУЗИНА 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
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		377	12,8	22,9	59,7	456,6		
Всего за день:			43,7	42,2	200,9	1344,2		

Повар _____



Согласовываю
Заведующий
МОУ *И.С.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

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			
Завтрак Неделя 3 День 13	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,6	177,3	ТТК №105	2011
	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	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	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	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	4,7,4	47,4		
Итого за обед		590	15,4	14,6	78,2	493,1		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	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		440	14	17,4	63,3	437,5		
Всего за день:			43,6	40	220,1	1376,7		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ

(Signature)



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) 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	2011
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	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 завтрака	150	0,8	0,2	14,7	62,6			
Обед		ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ НА К/Б ТТК №441	150	1,8	1,7	10,7	65,1	ТТК №441	
		ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
		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		
			20	1,5	0,1	47,4	47,4		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	19,7	18,3	67,3	515,3		
	Итого за обед								
Уплотненный полдник		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за уплотненным полдником		БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
			402	12,8	15,8	58,1	435,4		
	Всего за день:		46,6	44,9	182,6	1333,6			

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5	215	2011		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011		
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011		
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8				
		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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2				
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КИС ТТК №4711	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №4711			
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	231,9	ТТК №67	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	14,1	19,1	63,3	441,1				
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74			
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/8	0	0	7,9	31,4	392	2011		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4				
Итого за уплотненный полдник	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011		
		378	13,5	17,9	57,6	418,3				
Всего за день:			44	50,9	171,4	1302				

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ *[Signature]*



Прем пищи	Прем 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 КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак		350	10,7	9	46,6	312,6	
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	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	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	2011
	КУСЬЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
Итого за обед		540	15,1	19,2	79,4	527,2		
Уплотняющий подыник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА ТТК №151	130	15,3	10,5	23,9	321,9	ТТК №151	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
Итого за уплотняющий подыник		330	21,7	15,9	41,9	473,3		
Всего за день:			48,3	44,3	182,6	1375,7		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ *[Signature]*



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			
Завтрак Неделя 4 День 18	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	2011
	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	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		
	СУЛl КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87	150	1,6	2,2	11,7	72,7	ТТК №87	
	ТЕФТЕЛИ 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	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за обед		540	15,6	16,8	80,2	527,8		
Уплотненный полдник	БИТОЧКИ 'КУЗИНА ЗАБАВА' ТТК № 33	50	6,1	16,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
	ПИРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,4	15,7	106,3	321	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	14,8	72,2	398	2011
	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	47,9	211,2	1405,8		

Повар _____

Утверждено



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ *[Signature]*



Принем пищи	Принем 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	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73	0,1	0	7	29	393	2011
	ЯЙЦА 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		365	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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ТТК №44	150	1,3	1,7	10,1	60,9	ТТК №44	
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЦЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	КОМЛОТ 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	13,9	15	75,4	483,2		
Уплотненный подник								
	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 подник		350	19,4	19,9	55,3	521,3		
Всего за день:			46,3	44,8	182,9	1356,9		

Повар _____

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ 



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна



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

Прем-пищи	Прем 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) ТТК №105	150	7	3,5	29,6	177,3	ТТК №105	2011
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	9,1	64,2	395	2011
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	7	2011
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	364	
		Итого за завтрак		355	13,6	8,1	59,3		
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	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №28		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	150	1	2,9	7	58,9	ТТК №79	
		Сметанно-сырный соус с зеленью	130	6,6	12,9	18,9	177,8	350	2011
		ПЕЧЕНЬЯ ТТК №79	15	0,3	0,9	1,2	14,2	383	2011
		СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	150	0,1	0	2,1	8,8		
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДДА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	2,1	8,8		
		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	13,1	20	80	512,2	
		Уплотненный подник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2	ТТК №59
СИЧЕНИКИ "РЯБУЦКА" ТТК №59	100			6,75	10,3	17,6	209,6	355	2011
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	30			0,5	1,1	2,3	24,4	392	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/8			0	0	7,9	31,4		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			1,5	0,1	10	47,4		
Итого за уплотненный подник		20	1,5	2	14,9	83,4			
Печенье	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	0,1	10	47,4			
		358	10,55	13,6	53,8	403,4			
Итого за уплотненный подник		358	10,55	13,6	53,8	403,4			
Всего за день:			38,05	41,9	207,8	1342,2			

Повар _____