



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Ильин*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
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 БЕЛОКОУЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №88	180	2,1	2,0	14,5	85,0	ТТК №88	
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		670	21,2	20,4	89,7	634,8		
Уплотненный полдник	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	25,8	20,9	79,4	612,4		
Всего за день:			57,6	55,9	232,6	1 683,4		

Повар _____



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

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ 
 МУОУ Детский сад № 246
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 Детский сад № 246
 * ИНН 344602014 * КПП 344607014 *
 * ОГРН 1033460031139 *
 * ОГРП 1033460031139 *
 * ОГРП 1033460031139 *
 * ОГРП 1033460031139 *

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		380	23,2	24,7	27,6	432,8		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ ТТК №44	180	1,6	1,9	12,2	73,0	ТТК №44	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		650	20,0	17,6	84,9	586,6		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ ТТК №157	150	20,7	15,8	21,0	323,0	ТТК №157	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	60	1,3	3,2	4,3	53,7	350	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого за Уплотненный полдник		450	28,1	21,6	61,9	571,7		
Всего за день:			72,1	64,7	193,4	1 682,3		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ *[Signature]*



Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводч., г				
Неделя 1 День 3	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83 КАКАО С МОЛОКОМ №397 БАТОН ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83		
		180	3,6	2,9	14,9	101,4	397	2011	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
Итого за завтрак		425	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011	
			19,8	13,4	69,7	479,2			
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 СВЕЖИЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 СОУС СМЕТАННЫЙ №354 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0			
		180/10	1,7	5,1	9,2	94,3	ТТК №28		
		70	11,6	11,7	11,0	198,2	ТТК №61		
		130	7,0	4,7	31,9	203,0	166	2011	
		30	0,4	1,2	1,7	22,5	354	2011	
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		707	24,1	23,1	82,9	653,0			
		Итого за обед							
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324 ФРИКАДЕЛКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32 СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	1,7	5,2	40,0	324	2011	
		140	19,6	29,0	19,6	418,3	ТТК № 32		
		50	1,0	2,5	3,5	43,9	350	2011	
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
		45	3,3	0,3	21,9	103,4			
Итого за Уплотненный полдник		465	24,8	33,6	71,1	691,6			
Всего за день:			69,6	70,3	241,4	1 898,9			

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 День 4	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
Итого за завтрак		420	14,4	15,2	48,6	395,2		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4		
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	180	1,3	3,6	6,4	64,5	ТТК №47	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	33,7	35,2	67,2	726,7		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ ТТК №150	150	10,8	9,9	32,9	269,9	ТТК №150	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	50	0,9	1,8	5,6	43,7	351	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		450	21,3	19,6	75,9	577,3		
Всего за день:			70,2	70,8	210,7	1790,4		

Повар _____



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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 5	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011	
		Итого за завтрак	435	13,2	11,6	73,5	457,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	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 БЕЛКОЧУЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011		
		180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87/1			
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011		
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383			
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		20	1,5	0,1	9,7	46,0				
		630	25,8	21,7	90,6	667,2				
		Итого за обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
			КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70/5	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	2011
			КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166	130	3,3	3,4	34,4	185,8	166	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180		0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7				
Итого за Уплотненный подник		475	17,5	15,3	83,3	564,1				
Всего за день:			57,4	48,8	265,1	1 763,8				

Повар _____



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

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 6	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		Итого за завтрак		400	16,9	12,5	55,1	400,6	
2 Завтрак	Итого за 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	Итого за обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0		
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	200/20/10	2,1	4,6	12,1	102,7	ТТК №201	
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
		Итого за обед	770	22,7	18,5	87,4	622,3		
Уплотненный полдник	Итого за Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5,0	2,8	52,7	256,4	458	2011
Итого за Уплотненный полдник	492	20,7	11,2	93,0	566,2				
Всего за день:		61,0	42,7	267,4	1 726,1				

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Л.В.Р.*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,2	18,8	2,9	248,3	ТТК №72		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
Итого за завтрак		430	18,6	24,2	32,0	425,8			
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	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0			
	Суп картофельный с мясными фрикадельками ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202		
	Макаронник с мясом или печенью (печень) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	Суп томатный №348	30	0,4	1,4	1,8	22,9	348	2011	
	Компот из свежих плодов №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	Итого за обед		655	25,1	15,8	85,2	604,6		
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью ТТК №152	150	18,1	15,3	35,8	357,0	ТТК №152		
	Суп молочный №350	50	1,0	2,5	3,6	44,4	350	2011	
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
Итого за Уплотненный полдник	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4			
		450	25,9	23,2	85,3	660,7			
Всего за день:			70,5	63,4	220,2	1766,2			

Повар _____



Утверждаю: **Иванова М.Д.**

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Л.С.С.*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104 КАКАО С МОЛОКОМ №397 БАТОН ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	180/5	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011
		180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
		430	18,4	14,1	54,6	420,5		
Итого за завтрак								
2 ЗАВТРАК	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУАННОЙ КАПУСТЫ №20 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,4	4,4	6,6	74,5	ТТК №47	
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		682	16,7	23,3	59,1	530,8		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК №59 СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	120	16,1	23,4	19,1	351,5	ТТК №59	2011
		50	0,9	1,8	3,6	40,5	355	
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
Итого за Уплотненный полдник		450	24,9	31,1	92,7	767,8		
Всего за день:			60,8	69,3	225,4	1 810,3		

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю
Заведующий
МОУ *[Signature]*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		СЫР (ПОРЦИЙНЫ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7			
2 Завтрак	Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	Итого за обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	180	1,4	3,6	8,8	74,3	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150/5	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4		
Итого за обед		635	26,6	18,4	86,7	648,4			
Уплотненный полдник	Итого за Уплотненный полдник	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТТК №154	150	13,5	7,9	31,7	254,4	ТТК №154	
		СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	50	0,9	1,8	5,6	43,7	351	2011
		КЕФИР, АЦИДОФИЛН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	24,1	18,5	74,0	568,2			
Всего за день:			69,5	49,6	237,8	1714,4			

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ _____



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 10	Завтрак	Икра кабахчовая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		Омлет натуральный ТТК №72	150	15,2	18,8	2,9	248,3	ТТК №72
		Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
		Итого за завтрак	430	21,5	26,7	37,8	483,7	
2 Завтрак	Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
		Итого за 2 завтрака	180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	Итого за обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0	
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КВ ТТК №88/1	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88/1
		ПТИЦА, ГУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,1	60,3	376
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
		Итого за обед	670	23,8	16,4	87,2	594,7	
Уплотненный полдник	Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	705	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	2,0	36,8	198,1	166
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	
Итого за Уплотненный полдник	445	21,3	17,3	67,6	519,4			
Всего за день:			67,5	60,6	210,3	1 672,9		

Повар _____



Утверждаю
 ООО «Виво Маркет»
 ИНН 3464061226 КПП 346101001
КОДЕК ВЕРНА
 Иванова М.Д.

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ *Иванова*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна для детей дошкольного возраста 3-7 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 3								
День 11								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	368,6		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед								
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ		50	0,6	0,1	1,9	12,0		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87		180	1,8	2,0	13,9	81,5	ТТК №87	
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64		150	15,1	7,9	31,5	276,4	ТТК №64	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		670	23,6	12,0	105,8	648,2		
Уплотненный полдник								
ИГРА СВЕКОЛЫНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54		50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
БИТОЧКИ "КВИНА ЗАБАВА" ТТК № 33		70	8,6	15,8	8,7	211,7	ТТК № 33	
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355		50	0,9	1,8	3,6	40,5	355	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		452	17,6	24,1	74,4	594,0		
Всего за день:		51,9	51,0	247,3	1 702,0			

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 12								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180/5	7,3	4,2	30,9	189,4	ТТК №83	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		430	19,3	14,2	49,8	404,7		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	180	1,3	3,6	6,4	64,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	11,7	11,0	198,2	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,7	31,9	203,0	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		660	24,0	23,3	100,3	715,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ ТТК №153	150	5,7	4,5	42,3	235,5	ТТК №153	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	50	0,9	1,8	5,6	43,7	351	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		450	15,9	13,4	85,2	534,3		
Всего за день:			59,9	51,4	267,2	1791,9		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *[Signature]*



Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 3 День 13	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105			
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СПИВКАМИ №394	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011		
		415	13,3	10,2	77,1	457,7				
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0				
		180	2,1	2,0	14,5	85,0	ТТК №88			
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65			
		130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011		
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		30	2,2	0,2	14,6	68,9				
		720	21,2	20,0	88,7	630,4				
		Уплотненный поддник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
				150	3,2	4,7	18,3	134,2	151	2011
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392	2011		
30	2,3			0,2	15,1	71,0				
50	3,5			5,3	26,8	169,1	478	2011		
Итого за Уплотненный поддник		500	20,9	16,8	73,1	536,3				
Всего за день:			56,3	47,2	256,6	1 699,5				

Повар _____

Утверждаю

ООО «Виво Маркет»

ИНН 3461069296, КПП 346101001

КОПИЯ ВЕРНА

Директор
Иванова М.Д.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *ЛКБ*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 14								
Завтрак	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,3	9,3	29,3	235,6	ТТК №155	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак		420	13,7	17,7	60,2	460,7	
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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б ТТК №28/1	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28/1	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		600	23,3	20,9	65,4	550,6		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32	140	19,6	29,0	19,6	418,3	ТТК № 32	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	50	0,9	1,8	3,6	40,5	355	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	27,5	35,2	85,3	785,4		
Всего за день:			65,4	74,0	228,6	1 871,8		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Л.В.В.*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ПОРПИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак		430	13,6	11,3	52,8	368,5	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗКОМОМ №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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ НА КБ ТТК №44/1	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44/1	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		630	22,5	20,5	88,1	629,6		
Уплотненный полдник	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
	Итого за Уплотненный полдник		447	18,8	17,8	63,9	499,2	
Всего за день:			55,6	50,1	236,7	1 634,3		

Повар _____



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Лето-Весна

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Сиб*



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 16	СУТ МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2 БАТОН	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		455	12,2	11,5	69,9	437,5		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВБ ТТК №47/1 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0		
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47/1	
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		600	33,9	35,3	63,9	713,2		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		510	21,9	16,6	76,8	558,6		
Всего за день:			68,8	64,2	229,6	1 800,5		

Повар _____

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Согласовываю

Заведующий

МОУ *Иванова*

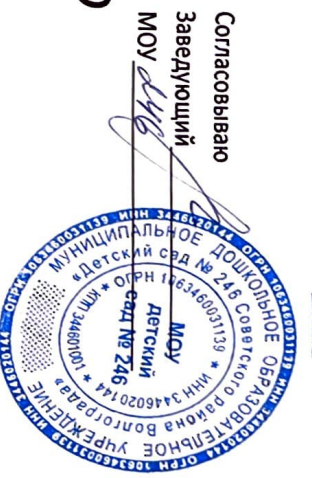


Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
Итого за завтрак		405	11,4	13,4	43,6	347,2		
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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	695,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА ТТК №151	150	26,8	18,1	25,8	386,0	ТТК №151	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	60	1,3	3,1	4,2	52,7	350	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
		450	36,7	27,3	58,4	646,3		
Всего за день:			70,2	65,5	213,4	1764,0		

Повар _____



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



Согласовываю
Заведующий
МОУ *Л.В.В.*

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
	Итого за завтрак		400	15,6	12,2	56,4	399,5	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	180	0,7	0,7	17,1	82,1	368	2011
		180	0,7	0,7	17,1	82,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №87	180	4,1	3,8	13,6	106,1	ТТК №87	
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,7	31,9	203,0	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
	Итого за обед		670	24,1	21,4	92,0	673,6	
Уплотненный полдник	БИТОЧКИ "КУЛИНА ЗАБАВА" ТТК № 33	70	8,6	15,8	8,7	211,7	ТТК № 33	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	17,7	25,5	87,2	664,5		
Всего за день:			58,1	59,8	252,7	1 819,7		

Повар _____



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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4									
День 19									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
Итого за завтрак		437	11,8	12,4	47,0	355,1			
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ ТТК №44	180	1,6	1,9	12,2	73,0	ТТК №44		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	11,7	11,0	198,2	ТТК №61	2011	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	130	2,4	5,1	12,9	116,8	344	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	Итого за обед		670	20,1	19,3	77,7	577,9		
	Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) ТТК №156	150	23,3	16,0	34,7	385,1	ТТК №156	
		СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	50	1,0	2,5	3,6	44,4	350	2011
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400		200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011	
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131,0			
Итого за Уплотненный полдник		450	33,7	24,9	73,3	665,3			
Всего за день:			66,5	56,8	215,7	1 673,4			

Повар _____

Утверждено



Согласовываю
Заведующий
МОУ *[Signature]*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 День 20	Завтрак	КАШЛА ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	150	7,0	3,5	29,3	176,4	ТТК №105	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за завтрак		400	13,9	7,4	72,1	410,5			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	Икра КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	180	1,4	3,6	8,8	74,3	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79	2011	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	50	1,0	2,7	3,9	47,2	350	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9			
Итого за обед		680	18,3	18,2	99,2	649,9			
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0			
	СИЧЕНИКИ "РАВУШКА" ТТК №59	120	16,1	23,4	19,1	351,5	ТТК №59	2011	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	50	0,9	1,8	3,6	40,5	355	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за Уплотненный полдник		480	22,3	28,3	71,1	634,3			
Всего за день:			55,3	54,7	261,4	1 785,9			

Повар _____