

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 | | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (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

МОУ

195



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 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 | № рецептуры | 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 | 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 | |
| | 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 | | |
| 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 |
| | 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 | 182,4 | 1294,7 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ

№ 195



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 | |
| | 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 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 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| 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, 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 | 44,2 | 194,3 | 1277,7 | | |

Повар _____

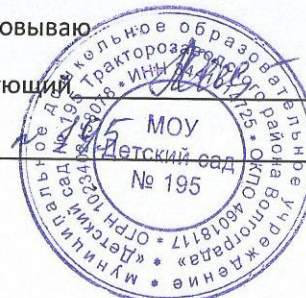
Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, 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 | 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 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б 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 | |
| | 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 | 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 | 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 подник | | 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 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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | | |
| | 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 | |
| | 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 | 16 | 13,4 | 76,3 | 497,2 | | |
| 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 | 230,2 | 1417,9 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | 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 | |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №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 | | |
| | 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 | 2011 |
| | КОМПОТ 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 |
| | БАТОН | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39,3 | | |
| Итого за уплотненный полдник | | 315 | 13,6 | 20 | 58,5 | 430,7 | | |
| Всего за день: | | | 41 | 42,6 | 182,4 | 1271,7 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, 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 | 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 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 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 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 180/10/7 | 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 | 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 | 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: | | | 49,7 | 52,6 | 178 | 1393,1 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 уплотненный полдник | | 380 | 15,1 | 14,9 | 45 | 379,9 | | |
| Всего за день: | | | 45,3 | 42,7 | 186,3 | 1354,8 | | |

Повар _____

Утверждаю _____



Согласовываю _____

Заведующий _____

МОУ _____



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 | № рецеп-туры | 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 | 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 | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КМБ ТТК №88/1 | 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 | 66,8 | 496,3 | | |
| 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, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ТЮБИДЛОМ №392 | 150/8 | 0 | 0 | 7,9 | 31,4 | 392 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| Итого за уплотненный полдник | | 343 | 13,9 | 15,1 | 61,8 | 426,9 | | |
| Всего за день: | | | 49,9 | 43,1 | 186,4 | 1368,9 | | |

Повар _____

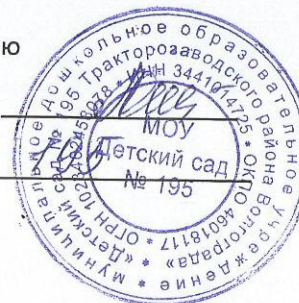
Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | 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 | |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №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 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 | |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64 | 150 | 15,1 | 7,9 | 31,5 | 276,4 | ТТК №64 | |
| | 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 | 19,9 | 10,2 | 80,2 | 511,9 | | |
| 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 |
| | 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 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за уплотненный полдник | | 377 | 12,8 | 22,9 | 59,7 | 456,6 | | |
| Всего за день: | | | 43,7 | 42,2 | 200,9 | 1344,2 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, 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 | 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 | | 355 | 17,1 | 12,5 | 42,1 | 350,1 | | |
| 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 |
| | 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 | 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 | | |
| 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 | 2011 |
| | КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 401 | 2011 |
| | 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

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, 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 | 2011 |
| | 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 | |
| | 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 | | |
| Итого за обед | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| | | 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 | |
| | 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 | БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 |
| | | 440 | 14 | 17,4 | 63,3 | 437,5 | | |
| Всего за день: | | | 43,6 | 40 | 220,1 | 1376,7 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 СВЕЖИЕ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 | | |
| | 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 | 20,2 | 59,6 | 516,9 | | |
| 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 | 44,2 | 180,3 | 1347,1 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 3 День 15 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 | 150 | 4,4 | 4,1 | 12,4 | 106,1 | ТТК №106 | |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 45 | 3,4 | 1,3 | 23,1 | 117,9 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №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 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 КРУПОЙ НА К/Б 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 | 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 | 19,7 | 18,3 | 67,3 | 515,3 | | |
| Уплотненный полдник | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,6 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | 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 | | |
| | БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 |
| Итого за уплотненный полдник | | 402 | 12,8 | 15,8 | 58,1 | 435,4 | | |
| Всего за день: | | | 46,6 | 44,9 | 182,6 | 1333,6 | | |

Повар _____

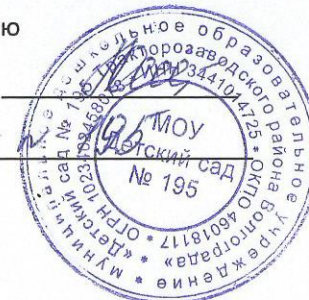
Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 4 День 16 | | | | | | | | |
| 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 | |
| | 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 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | | |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б ТТК №47/1 | 150 | 1,7 | 3 | 5,9 | 57,7 | ТТК №47/1 | |
| | 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 |
| | 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 | | |
| | БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 |
| Итого за уплотненный полдник | | 378 | 13,5 | 17,9 | 57,6 | 418,3 | | |
| Всего за день: | | | 44 | 50,9 | 171,4 | 1302 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 4 | | | | | | | | |
| День 17 | | | | | | | | |
| Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (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 (ПОРЦИЯМИ) №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 |
| | 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 | | |
| Итого за обед | | 540 | 15,1 | 19,2 | 79,4 | 527,2 | | |
| Уплотненный полдник | 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 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| 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



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, 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 | 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 | | |
| | СУП 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 |
| | 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 | | |
| 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 | |
| | ПЮРЕ 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 _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | 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 |
| | 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 | | 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 СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | | |
| | 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 | 75,4 | 483,2 | | |
| 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 | 182,9 | 1355,9 | | |

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | 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 | |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 160 | 2,4 | 1,9 | 9,1 | 64,2 | | |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 355 | 13,6 | 8,1 | 59,3 | 364 | | |
| 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 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28 | 150 | 1 | 2,9 | 7 | 58,9 | ТТК №28 | |
| | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №79 | 130 | 6,6 | 12,9 | 18,9 | 177,8 | ТТК №79 | |
| | 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 | 13,1 | 20 | 80 | 512,2 | | |
| Уплотненный полдник | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 | | |
| | СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК №59 | 100 | 6,75 | 10,3 | 17,6 | 209,6 | ТТК №59 | |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 | 30 | 0,5 | 1,1 | 2,3 | 24,4 | 355 | 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 | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 | | |
| Всего за день: | | 358 | 10,55 | 13,6 | 53,8 | 403,4 | | |
| | | | 38,05 | 41,9 | 207,8 | 1342,2 | | |

Повар _____