Утверждаю

Согласовываю
Заведующий
МОУ ДС № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 1 День 1** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) с маслом ТТК №107 | 160/5 | 3,8 | 6,3 | 13,6 | 131,6 | ТТК №107 | |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 150 | 2,6 | 2,3 | 8,5 | 65,4 | 394 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| **Итого за завтрак** | | **355** | **9,4** | **9,8** | **42,7** | **301,8** | | |
| **2 Завтрак** | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,7** | **62,6** | | |
| **Обед** | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №88 | 150 | 1,8 | 1,8 | 12,1 | 70,9 | ТТК №88 | |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 50 | 6,1 | 8 | 8,1 | 109,6 | ТТК №62 | |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 110 | 2,3 | 3,3 | 15,6 | 104,9 | 321 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | | |
| **Итого за обед** | | **530** | **13,6** | **16,1** | **68,2** | **455,8** | | |
| **Уплотненный полдник** | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 | ТТК №7 | |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,1 | 0,1 | 7,5 | 35,5 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **405** | **23,1** | **20,7** | **61,8** | **529,5** | | |
| **Всего за день:** | | | **46,9** | **46,8** | **187,4** | **1349,7** | | |

Повар _____

Утверждаю

Согласовываю
Заведующий
МОУ Д/с № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 1 День 2** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ | 30 | 0,4 | 0 | 2,1 | 10,5 | | |
| | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 130 | 8,1 | 8,4 | 6,5 | 180,3 | ТТК №72 | |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| **Итого за завтрак** | | **350** | **15,8** | **13,3** | **36,2** | **374,2** | | |
| | | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 368 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **150** | **0,6** | **0,6** | **14,3** | **68,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **Обед** | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ТТК №44 | 150 | 1,3 | 1,7 | 10,1 | 60,9 | ТТК №44 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,6 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| **Итого за обед** | | **510** | **12,6** | **14,4** | **66** | **452,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ ТТК №157 | 130 | 10,8 | 10,7 | 30,9 | 232,8 | ТТК №157 | |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 | 50 | 1 | 2,5 | 3,5 | 43,9 | 350 | 2011 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 200 | 3,1 | 2,4 | 11,4 | 80,3 | 395 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **400** | **16,4** | **15,7** | **55,5** | **403** | | |
| **Всего за день:** | | | **45,4** | **44** | **172** | **1298** | | |

Повар _____

Утверждаю

Согласовываю
Заведующий
МОУ

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

## Лето-Весна

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

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | 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 ВАРЕНЫЕ №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

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 1 День 4 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | 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 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 полдник** | | **370** | **10,8** | **13** | **63,1** | **401** | | |
| **Всего за день:** | | | **42,1** | **40,1** | **211,4** | **1347,6** | | |

Повар _____

Утверждаю

_____

Согласовываю

Заведующий_____

МОУ ДС № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 2 День 6 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 2 День 7 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 | |
| | МАКАРОННИК 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 2 День 8 | | | 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 ВАРЕНЫЕ №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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 2 День 9** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №150 | 150 | 7 | 3,5 | 29,1 | 175,4 | ТТК №105 | |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,6 | 400 | 2011 |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 18,2 | 7 | 2011 |
| **Итого за завтрак** | | **355** | **16,3** | **10,2** | **61,8** | **403,2** | | |
| **2 Завтрак** | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **180** | **0,9** | **0,2** | **17,7** | **75,1** | | |
| **Обед** | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28 | 150 | 1 | 2,9 | 7 | 58,9 | ТТК №28 | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 | 130/5 | 8,9 | 12,2 | 14,2 | 241,8 | ТТК №68 | |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | | |
| **Итого за обед** | | **505** | **13** | **17,4** | **61,8** | **496,6** | | |
| **Уплотненный полдник** | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТТК №154 | 130 | 7,7 | 6,7 | 17,5 | 160,3 | ТТК №154 | |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 | 50 | 0,9 | 1,8 | 5,6 | 43,7 | 351 | 2011 |
| | КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 | 180 | 5 | 4,4 | 7 | 92,5 | 401 | 2011 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 | | |
| **Итого за 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 Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 2 День 10 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 К/Б 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, ПОВИДЛОМ №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 Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 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 Д/с № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 День 12 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 ВАРЕНЫЕ №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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 День 13 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 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 | |
| | 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 | | |
| | БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478 | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | 478 | 2011 |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **440** | **14** | **17,4** | **63,3** | **437,5** | | |
| **Всего за день:** | | | **43,6** | **40** | **220,1** | **1376,7** | | |

Повар _____

Утверждаю

_____

Согласовываю
Заведующий _____
МОУ Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 3 День 14** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155 | 150 | 7,3 | 9,3 | 29,3 | 235,6 | ТТК №155 | |
| | КАКАО С МОЛОКОМ №397 | 160 | 3,2 | 2,7 | 9,1 | 74,4 | 397 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | |
| **Итого за завтрак** | | **350** | **13,5** | **13,2** | **59** | **414,8** | | |
| **2 Завтрак** | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,7** | **62,6** | | |
| **Обед** | ПОМИДОРЫ 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 Д/С № 229

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 День 15 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 Д/С N 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 4 День 16 | | | 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 | |
| | 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 4 День 17** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (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 Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 4 День 18 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 4 День 19 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 ВАРЕНЫЕ №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 Д/С № 201

# 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 4 День 20 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **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 | 395 | 2011 |
| | 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 | | |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 | | |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **358** | **10,55** | **13,6** | **53,8** | **403,4** | | |
| **Всего за день:** | | | **38,05** | **41,9** | **207,8** | **1342,2** | | |

Повар _____