

Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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



Примем пищу ;	Принем пища, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Масса продукта	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 6</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЯОДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
<b>Итого за завтрак</b>		355	15,4	10,1	59,5	390,3		
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		2011
	СУП С КЛЕЦКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	150/15/10	1,8	3,8	9,2	81,3	ТТК №201	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,8	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
	<b>Итого за обед</b>		585	16,3	14,9	76,7	517,8	
<b>Уплотненный полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 350	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5	2,8	52,7	256,4	458	
	<b>Итого за уплотненный полдник</b>	425	17	21,2	113,6	677		
<b>Всего за день:</b>		48,5	47	288,8	1676,3			

Повар



Согласовываю

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Прием пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулосовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
	Итого за завтрак	355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №398	180	0,9	0,2	17,7	75,1	398	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 КУБ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	19	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАНОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	106,9	151	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,6	0,3	16,1	88,3	398	
Итого за уплотненный напиток		410	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за день:			40,5	43,4	234,7	1445,7		

Повер



Согласовываю

Заведующий

МОУ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Лето-Весна*

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

Принем пищи, Неделя 1 День 4	Принем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ТРЕХНЕВОЙ) ТТК №106	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	2,8	2,3	11,2	76,2	384	
	БАТОН	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИОНАМ) №7	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		12	9,4	48,4	331,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,3	0,1	1,1	7,2		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	15,4	14,5	13,5	249,0	ТТК №7	
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,8	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед		20,43	19,5	50,42	467,7	Р
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №151/№351	16	12	28,3	357,1	ТТК №151/351	2011
	КЕФИР №401	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	4	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за уплотненный полдник		25,1	19,4	64,9	610,5		
Всего за день:		58,33	48,1	183,72	1500,8		

Повар \_\_\_\_\_





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 рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 3</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №362	100/10	0,1	0	9,8	39,4	362	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН.	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
<b>Итого за завтрак</b>		405	13,2	9	47,2	323,4		
<b>2 Завтрак</b>								
СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
<b>Обед</b>								
<b>Итого за обед</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		540	14,6	12,1	59,1	427,2		
<b>Уплотненный полдник</b>								
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (савана) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		440	15,3	17,8	82,6	547,76		
<b>Всего за день:</b>		44	44	39,1	206,6	1373,46		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ

*[Handwritten signature]*

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 2</b>								
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 КИРГИЗСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак			15,8	13,3	36,2	374,2		
<b>2 Завтрак</b>								
<b>Итого за 2 завтрак</b>								
<b>Обед</b>								
Итого за обед	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2		2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП С КРУПКОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,8	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	6,5	40,8			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
Итого за обед			13,1	14,5	66	455,7		
<b>Уплотненный полдник</b>								
<b>Итого за уплотненный полдник</b>								
<b>Всего за день:</b>								
Пудинг из творога с яблочками с соусом молочным ТТК №157/№350			12	13,9	35,1	285,5	ТТК №157, 350	2011
Какао с молоком №397			3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
Хлеб пшеничный			2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотненный полдник			17,8	17,1	64,7	456,3		
Всего за день:			47,5	45,7	185,9	1377,4		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ

*[Handwritten signature]*

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

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

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 1</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	78,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак			9,4	7,7	45,4	312,6		
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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед	520	23,5	21,6	60,1	531,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	6,1	109,6	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	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			13,7	15,3	69,9	456,7		
Всего за день:			47,6	44,8	193,1	1 376,3		

Повар \_\_\_\_\_





ООО «Мирное» ИНН 50/011/2014-01/001/2014  
 КОПИЯ ВЕРНА  
 Директор: [Подпись]  
 ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Лето-Весна

Согласовываю

Заведующий: [Подпись]  
 МОУ

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 7</b>								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	76,6		
<b>Итого за завтрак</b>		350	10,5	9,3	31,7	296,3		
<b>2 Завтрак</b>								
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №389	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
<b>Обед</b>								
Итого за 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	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
		530	19,8	11,9	72,1	495,5		
<b>Уплотненный полдник</b>								
Итого за 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	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БАТОН	60	4,5	1,74	30,84	157,2		
	400	16,17	16,64	60,74	396,67			
<b>Всего за день:</b>			47,37	30,04	182,24	1285,57		

Повар \_\_\_\_\_

Согласовываю

Заведующий



МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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



КОЛОГОВГРАД · Мн. 3-4510617-26 · Д/нп.11634444 · Д/нп.11634444  
 Директор  
 КОЛОГОВГРАД · Мн. 3-4510617-26 · Д/нп.11634444 · Д/нп.11634444

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	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	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		
		365	16,5	12,7	46,3	364,9		
Полд	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		567	23,8	21,7	55,2	519,7		
	ТЕ-ФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,6	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
Ужин	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	19,1	86,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		400	13,6	12,6	74,2	467,2		
Итого за день:			54,4	47,8	194,7	1443		

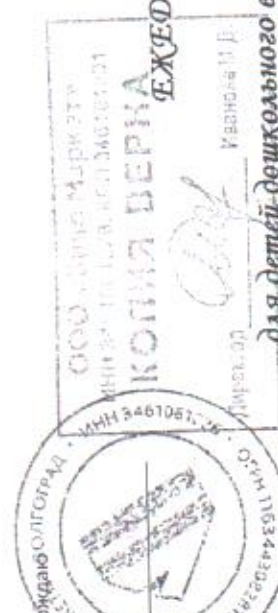
Повар



Согласовываю

Заведующий

МОУ



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Лето-Весна

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

Прием пищи	Применение блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 9 Завтрак	КАША ЖУДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	3,8	1,5	25,7	131		
		1,2	1,5	0	17,7	7	
	СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7	16,3	10,2	61,8	402,4		
того за завтрак		0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Завтрак того за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
		0,9	0,2	17,7	75,1		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68	
Обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	0,1	0,4	21,1	84,8	383	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	2,6	0,4	17	81,6		
		40	19,5	62,3	527,7		
		516	13,5	62,3	527,7		
того за обед		16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 351	2011
Полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 351	2011
		5,1	4,4	7	92,5	401	
	КЕФИР №401	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	25,4	20,6	66,4	625,4		
того за полдник		50,1	50,5	207,2	1630,6		
Всего за день:							

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий

МОУ

*[Handwritten signature]*

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Лето-Весна*

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 10</b>							
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Омлет натуральный ТТК №72	8,1	8,4	6,5	190,3	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	Батон	3	1,2	20,6	104,8		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>		
<b>Итого за завтрак</b>							
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>							
Итого за обед	Огурец свежий	0,2	0	0,8	4,2		
	Суп с макаронными изделиями на куб ТТК №88	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	Птица, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	Компот из сушеных фруктов №376	0	0	11,6	46,5	376	
	Хлеб ржаной	2,6	0,4	1,7	81,6		
	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46		
	<b>Итого за обед</b>	<b>15,5</b>	<b>15,3</b>	<b>66,9</b>	<b>450,1</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Итого за плотный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленные ТТК №61	6,3	6,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	6,3	6,9	26,7	208,5	166	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	0,1	0	9,8	36,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7		
<b>Итого за плотный полдник</b>	<b>15,8</b>	<b>15,6</b>	<b>73,7</b>	<b>487,56</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>46,5</b>	<b>45,7</b>	<b>196,9</b>	<b>1409,76</b>		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий  
 МОУ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Лето-Весна

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3</b>								
<b>День 11</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
<b>Итого за завтрак</b>								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
<b>Итого за 2 завтрака</b>								
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	20,1	10,4	80,2	515,7		
<b>Итого за обед</b>								
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
		487	16	18	79,7	518,5		
<b>Итого за уплотненным полдником</b>								
<b>Всего за день:</b>			46,3	37,7	225,7	1433,1		

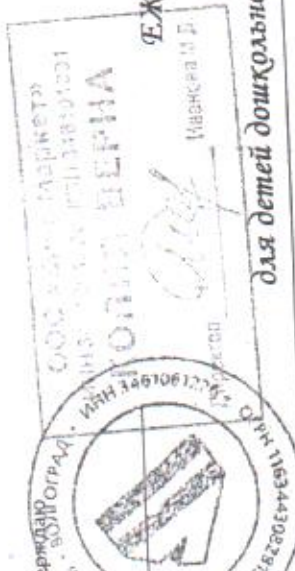
Повар \_\_\_\_\_



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	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Прием пищи Неделя 3 День 12 Завтрак	Масса порции	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
		150	4,3	3,7	7	76,6	400	2011
		45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		365	17,4	12,7	44,4	362,6		
Итого за завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	368	
		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Завтрак Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150/110	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №61 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №166 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166 КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №363 ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		520	15,2	21,5	79,2	564,96		
		Итого за обед		130/40	12,8	15,4	35,4	374,6
Уплотненный полдник Итого за уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156/№351 КЕФИР №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		20	1,5	2	14,9	83,4		
		410	22,5	22	77,4	645,2		
Итого за день:			55,8	56,7	232,9	1705,76		

Повар

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 рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 День 13 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшениная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,6	387,4			
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,5	336	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,8	48,5	376		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед	590	15,9	14,7	78,2	496,4			
	Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
		КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за уплотненный полдник	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011		
Итого за уплотненный полдник	430	14	17,4	63,3	437,5				
Всего за день:		44,4	35,7	223	1396,4				

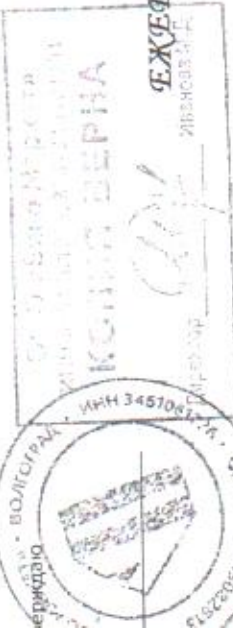
Повар



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 рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72		
	Какао с молоком №397	160	3,2	2,7	13,12	50,35	397	2011	
		40	3	1,2	20,6	104,8			
	Батон	360	14,9	15	42,52	411,15			
того за завтрак									
Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
того за 2 завтрак									
Обед	Помидоры свежие	30	0,3	0,1	1,1	7,2			
	Борщ с капустой и картофелем на м.б. ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
	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	9,7	46			
		620	22,5	20,2	59,7	516,9			
того за обед									
Плотный полдник	Фрикадельки "Вкусняшка" с соусом молочным ТТК №32/№350	100/40	8,9	10,6	17,1	213,5	ТТК №32, 350	2011	
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	86,3	398	2011	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Булочка вафельная №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		400	15,8	15	78,7	538			
того за плотный полдник									
Всего за день:			54,1	50,4	196,62	1541,15			

Повар



Согласовываю

Заведующий

МОУ



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

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, мал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3</b>								
<b>День 15</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ТРЕЧЕВНОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>8,7</b>	<b>47</b>	<b>313,4</b>		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>		
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С КРУТОЙ НА К/Б ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	64,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		<b>500</b>	<b>15,2</b>	<b>20,7</b>	<b>68,5</b>	<b>564,8</b>		
Уплотнительный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
<b>Итого за уплотнительный полдник</b>		<b>427</b>	<b>13,5</b>	<b>18,2</b>	<b>72,7</b>	<b>500,86</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>41,8</b>	<b>48,4</b>	<b>227,2</b>	<b>1470,26</b>		

Повар



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ \_\_\_\_\_

**ЖЕЛТОВЕННОВОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕЛЮ**  
Лето-Весна

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 16 Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
того за завтрак		395	14,6	10,2	89,5	507,9		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	того за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Бед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КБ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	0	0	11,6	46,5	378	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	того за обед	500	12,1	16,2	41,6	344,5		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	29,9	167,3	467	
	того за уплотненным полдником	420	14,5	15,5	68,4	431,7		
того за день:		42	42,7	216,5	1375,3			

овар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ  
*[Signature]*  
 Директор: *[Signature]*

**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 рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17 Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (порциями) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>9,5</b>	<b>11,1</b>	<b>58</b>	<b>375,3</b>		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	5,4	5,4	53,6	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (овякине) 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	25,3	166,1	205	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	0,1	0,2	21,1	84,8	393	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	<b>Итого за обед</b>	<b>545</b>	<b>15,4</b>	<b>19,3</b>	<b>79,4</b>	<b>529</b>		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 350	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	<b>Итого за уплотненным полдником</b>	<b>400</b>	<b>24,4</b>	<b>18,8</b>	<b>55</b>	<b>563,1</b>		
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1542,5		

Повар \_\_\_\_\_





Согласовываю

Заведующий

МОУ

*[Handwritten signature]*

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ**

Лето-Весна

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	160	3,2	2,7	13,12	90,35	397	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	12,6	8,5	57,12	354,35		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МБ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	23,1	19,5	64,3	530,3		
Плотный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	5030	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,8	0,3	18,1	88,3	398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за плотный полдник		415	16,3	16,6	87	566,2		
Итого за день:			52,8	45,4	227,42	1542,05		

вар



Согласовываю

Заведующий  
 МОУ

**РЕЖИМ ПИТАНИЯ**  
**ЛЕТО-ВЕСНА**  
**20-ти ЛЕТНЕЕ**  
**РЕЖИМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**  
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Лето-Весна

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 19 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	2011
	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	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		375	16,4	13,4	37,5	338,4		
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,6	29,2	283,1	ТТК №79, 350	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	0	0	11,6	46,5	378	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		590	17,1	11,8	78,3	503,6		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№350	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №156, 350	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за уплотненный полдник		400	21,8	21,9	66,6	998		
Всего за день:			56,2	47,3	200,1	1515,1		

Повар \_\_\_\_\_



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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	3,0	1,0	42,0	192,0		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		555	15	19,1	85,9	566,36		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,4	0,13	1,5	9,6		
	СИЧЕННИКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №59/№354	100/30	7,15	11,5	19,4	232,6	ТТК №59, 354	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4			
Итого за уплотненным полдником		400	10,65	13,73	55,6	412,4		
Всего за день:			42,25	41,93	245,4	1544,46		

Повар \_\_\_\_\_