



Согласовано

Заседующий

МОУ

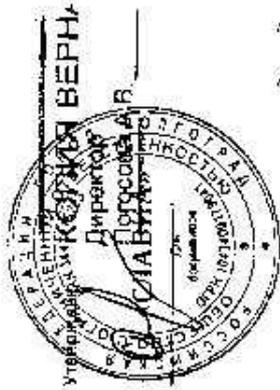
ТЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
Завтрак	СУП молочный с крутой (рисовой) ТТК №107	3,8	4,2	43,6	131,6	ТТК №10/11	2011
	ЧАЙ с молоком или сливками №304	5,6	2,3	11,2	78,2	304	
	БАТОН	3	1,2	20,8	104,8		
Итого за завтрак		9,4	7,7	45,4	312,6		
<b>2 Заштопак</b>							
Итого за 2 завтрака		18,8	15,4	90,8	625,2		
<b>Обед</b>							
Итого за обед	СУП с макаронными изделиями на кв. ТТК №80	16,0	1,9	12,1	74,2	ТТК №80	2011
	ЖАРКОЕ (ОД-ТОМАТНОМУ) ТТК №7	16,7	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПЛЕКТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	30	0,2	8,9	40,8	376	
	КОФЕ РАЖАНОЕ	20	1,3	9,9	40,8		
	КУРЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	10	47,4		
		570	23,5	61,3	331,9		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЦЕВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	6,1	0	8,1	109,6	ТТК №62	2011
	КОФЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	ЧАЙ с САХАРОМ, ВАРИЛЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПИВНИКОМ №392	0,1	0	9,8	39,4	392	
	КОФЕ ПШЕНИЧНЫЙ	1,1	0,1	7,5	35,9		
	БУЛУГА ВАРИЛЬЕВАЯ №467	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник		13,7	16,3	89,9	456,7		
Всего за день		47,6	44,8	193,9	1 378,3		

Полар



Согласовано

за ведущий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Пример пищи	Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептур
			Белков, г	Жиров, г			
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 2</b>							
Завтрак	МОРКОВЬ СТВАРНЕР	30	0,4	0	2,1	10,5	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №77	130	8,1	6,4	6,5	180,9	11К №72
	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №80	150	4,3	3,7	7	76,6	400
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>15,8</b>	<b>13,3</b>	<b>36,2</b>	<b>374,2</b>	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №88	200	0,8	0,8	19,0	91,2	308
<b>Итого за 2 завтрака</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>2011</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
	СУП С КРУПЮН НА СУЛЬФОНЕ ТТК №44	150	1,8	3,8	10,1	64,2	11К №44
	ГОЛУБЦЫ ЛЕГКИЕ ТТК №75	130	7,6	30,4	11,3	177,2	11К №75
	КНДЗЕЛЬ ЖЕЛТОВАЯ, ЦУКЕНА, ВАКЕЛЬЯ №83	150	0,1	0	21,1	84,8	383
	ХЛЕБ РЖАНОУ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,3	12,5	59,2	
<b>Итого за обед</b>		<b>510</b>	<b>13,1</b>	<b>14,5</b>	<b>66</b>	<b>456,7</b>	
<b>Уполотенный полдник</b>							
	ТУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛУКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/№350	130	12	33,9	35,1	285,5	ТТК №157, 350
	КАФЕ С МОЛОКОМ №87	180	3,8	3,0	15,0	101,9	397
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69,9	
<b>Итого за Уполотенный</b>		<b>400</b>	<b>17,8</b>	<b>17,1</b>	<b>64,7</b>	<b>456,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>47,5</b>	<b>45,7</b>	<b>185,9</b>	<b>1377,4</b>	

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ

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

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

Примеры пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 День 3	КАША КОТЛЕЖАЯ (вареная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	183	ТТК №83	
	Чай с сахаром, ватрушки, фруктовое желе, порridge	180/10	0,1	0	8,8	39,4	302	2011
	Яичная вареники №213	45	6,5	5	0,3	68,8	213	2011
	Салат	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	427,4		
2. Завтрак	Сок яблочный-виноградный, яблочное пюре №89	180	0,9	0,7	17,7	75,1	389	2011
	Итого за 2 завтрака	180	0,9	0,7	17,7	75,1		
Обед	Омлет свежий	30	0,2	0	0,8	4,2		
	Борщи с капустой и картофелем со сметаной ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
	Запеканка картофельная с мясом или печенью (овощная) ТТК №79	150	10,8	6,4	25,3	215,8	ТТК № 78	
	Чай с лимоном №83	130/75,5	0,1	0	7	29	383	2011
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		540	14,5	12,1	59,1	477,2		
Уплотненный полдник	Пюре из моркови или свеклы (вареная) №24	40	0,6	1,4	4	33,4	304	2011
	Котлеты мясные, шницели (утиные) с соусом сметанным ТТК №185а	50/30	6,7	9,7	16,8	167,96	ТТК №81, №254	2011
	Каша рисовая с яблоками (печеная) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	Компот из свежих плодов №172	190	0,1	0,1	20,8	86,1	372	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,8	69,9		
Итого за Уплотненный полдник		440	15,3	17,8	82,8	547,76		
Всего за день:		44	39,1	206,6	1374,46			

Повар



Согласовано

Заведующий

МОУ

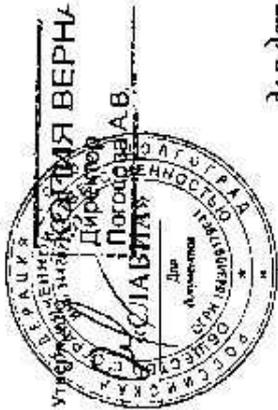
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Примечание	Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белок, г	Жиры, г				Углеводы, г
Завтрак Неделя 1 День 4	Суп молочный с крутой (гечневый) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	108,5	ТТК №106	
	Чай с молоком или сливками №34	150	2,6	11,2	76,2	304		2011
	Батон	50	9,8	1,5	29,7	131		
	Сыр (горцирами) №7	5	1,2	1,5	0	17,2	7	2011
	Итого за завтрак	355	12	9,4	49,4	331,4		
Завтрак Итого за 2 завтрака	Фрукты свежие (яблоки) №38	200	0,8	0,8	19,3	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,3	91,2		
Обед	Помидоры свежие	33	0,3	0,1	1,1	7,2		
	Щи из свежих капусты с картофелем на масле сметаной ТТК №47	150/10	1,9	4,8	6,7	76,8	ТТК №47	
	Жаркое подомашнему ТТК №7	130	15,4	14,5	13,5	249,0	ТТК №7	
	Компот из сушеных фруктов №76	150	0	0	11,8	46,5	376	2011
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	0,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4		
	Итого за обед	510	20,53	19,6	50,42	487,7		
Уплотнительный полдник	Закуска из творога с соусом молочным (сладкий) ТТК №151/№35	130/40	10	12	25,3	357,1	ТТК №151/№35	2011
	Кефир №421	160	5,1	4,4	7	82,5	401	2011
	Булочка вешенка №473	50	4	3	29,6	100,9	473	2011
	Итого за Уплотнительный полдник	400	25,1	19,4	64,9	510,5		
Всего за день:		50,33	49,1	133,72	1060,4			

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий

МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Приемы пищи	Примеры пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 5								
Завтрак	КАША ПШЕНИЧАЯ (рекрутская) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	152,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МЯКИШОМ №35	150	2,3	1,6	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕММОМ ИЛИ ПРОВИАНТОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	150,7	2	2011
Итого за завтрак								
		365	11	10,1	62,2	387,2		
2 завтрак	СОК РЕГУЛИРОВАННЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1	309	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ №33	30	0,4	1,8	2,5	20,5	31	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУБ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67/1	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,4	36,5	291,9	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПШЕНИЧ. ДЖЕММА, ВАЛЕРИАННЫХ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	1,3	0,2	8,5	40,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед								
		520	17,9	20,6	100,4	817,5		
Удотенный								
	УЛИТКА КАВАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,1	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, ГИПОАЛЛИНОВЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	60	4,9	0,7	4,8	84,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В САМЕРАНОМ СУУДЕ №51	120	2,4	3,8	14,6	108,9	351	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №306	180	0,6	0,2	16,1	86,3	388	2011
Итого за удотенный								
		30	2,2	0,2	14,6	69,9		
Итого за день								
		410	10,7	12,8	56,4	366,9		
			40,5	43,4	234,7	1445,7		

Повар



Согласованно:

Заведующий:

МОВ

**РАЦИОННО-ДИЕТАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
Лето-Восна

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

Приним пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пшеничные вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖАРКАЯ (манная) ТТК №83	150	4,1	3,4	28,8	153	ТТК №83
	МОЛОКО КОРМОВОЕ №458	150	4,3	3,7	7	76,6	400
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	
	СЫР (по рецепту) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>305</b>	<b>15,4</b>	<b>10,1</b>	<b>59,5</b>	<b>390,3</b>	
2. Завтрак	ФРУКТЫ СОРТИМ (Апельсин) №271	200	0,6	0,8	19,0	91,2	371
	<b>Итого за 2 завтрака</b>	<b>205</b>	<b>0,8</b>	<b>3,8</b>	<b>19,0</b>	<b>81,2</b>	
Обед	СУПЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	
	СУП С КЛЕЦКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	100/15/10	1,8	3,8	9,2	81,3	ТТК №201
	ПОЛВИЦА ЯЧЕНЬЯ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №276	150	0	0	11,9	48,5	376
	ХЛЕБ РЖАНОУ	50	3,3	0,4	21,2	102	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,8	105,6	
	<b>Итого за обед</b>	<b>565</b>	<b>16,3</b>	<b>14,9</b>	<b>76,7</b>	<b>517,8</b>	
Уплотненный полдник	ЗАКВАСКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОКОВОЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	130/40	10,3	18,3	41,9	344,3	ТТК №152, 350
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	150/70/5	0,1	0	7	29	350
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	6,1	2,8	52,7	256,3	458
	<b>Итого за Уплотненный</b>	<b>426</b>	<b>17</b>	<b>21,2</b>	<b>112,6</b>	<b>677</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>49,5</b>	<b>47</b>	<b>268,8</b>	<b>1878,3</b>		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ

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

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

Промок пищи	Промок пищи, наименование блюда	Масса граммов	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ Т.К. №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	Т.К. №72	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ЮВЕРДИОМ №382	180/10	0,1	0	9,8	39,4			372
	БАТОН	30	2,3	0,8	15,4	78,6			
Итого за завтрак		350	10,5	9,3	31,7	298,3			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №09	180	0,9	0,2	17,7	75,1	368	2011	
	Итого за 2 завтрак	180	0,8	0,2	17,2	75,1			
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ВЫИЩЕЛЫКАМИ Т.К. №202	150/15	4,1	4	10,4	94	Т.К. №202		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ Т.К. №1354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	Т.К. №64, 354	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД №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	19,8	11,9	72,1	485,5			
Уплотненный десерт	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ Т.К. №73	50	6,2	8,8	1,3	44,8	Т.К. №73		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	134,9	321	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №34	180	3,2	2,1	13,0	89,8	394	2011	
	БАТОН	60	4,5	1,74	30,84	157,2			
Итого за Уплотненный		400	16,17	16,84	60,74	398,87			
Всего за день			47,37	38,04	182,24	1266,57			

Повар



Согласовывает:

Заведующий

М.О.У.

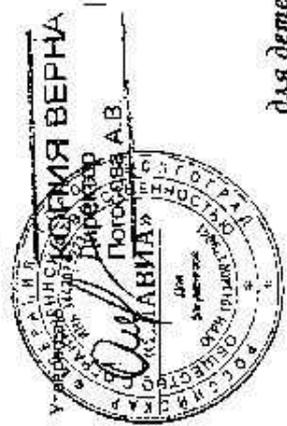
**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Лето-Весна*

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

Примечания	Приним пища, наименование блюда	Масса порция		Пищевое вещество		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептуры
		Баллы, г	Жиры, г	Углеводы, г	Утеплов, г			
Завтрак	Маша жидкая (овсяночная) ТТК №104 Какао с молоком №307 Мяса варочное №213 Батон	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		150	3,1	2,6	12,3	64,7	307	
		45	5,9	5	6,3	88,6	213	
		20	1,5	0,8	16,3	52,4	364,9	
Итого за завтрак		365	16,5	12,7	46,3	364,9		
2. Завтрак	Фрукты свежие (яблоко) №308	200	0,6	0,6	16,0	91,2	308	2011
		200	0,8	0,8	18,6	97,2		
Обед	ОУРЕЦ СЫРНЫЙ ШИ ИЗ СЫРНОЙ КАТАУТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МАС. СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРЕНЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		ТТК №47 ТТК №7 393
		150/10	1,9	4,6	5,7	70,6		
		150	17,8	10,7	15,8	287,3		
		180/10/7	0,2	0	10	41,7		
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		30	2,2	0,2	14,6	88,9		
Итого за обед		547	23,6	21,7	66,2	619,7		
Успокоительный полдник	ТВОРЕЛИ С ОВОЩАМИ (овощная) ТТК №65 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 НАСЛАЖКИ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №386 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50/20	6,6	7,8	15,2	142,9	ТТК №65	2011
		110	4,1	4,4	26,3	186,1	205	
		110	0,8	0,2	18,1	68,3	386	
		30	2,2	0,2	14,6	68,9		
Итого за Успокоительный		400	13,5	12,6	74,2	487,2		
Всего за день			54,4	47,6	194,7	1443		

Повар



Согласовано

Заведующий

МОВ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Лето-Весна

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

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 9</b>								
Завтрак	Каша жидкая (пшеница), ТТК №106	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №106	2011
	МОЛОКО ПASTЕРИЗОВАННОЕ №400	180	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,9	1,5	25,7	13		
	Сыр (полусоленный) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	15,3	10,2	61,8	407,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №39	140	0,9	0,2	17,7	75,1	359	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,8	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВОКЛА №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРОЩ КАПУСТА И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №8	130/5	8,8	12,2	14,2	241,8	ТТК №8	
	ЮБЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №3	150	0,1	0	21,1	14,9	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	0,4	17	81,6		
	Итого за обед		315	13,6	19,9	82,3	627,7	
Употребленный подлечик	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТРОУХА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СПАДИМ) ТТК №15/№51	130/50	18,2	12,3	20,5	355,6	ТТК №151, 351	2011
	КЕФИР №40	180	5,1	4,4	7	87,5	401	
	БУЛКА ВАНИЛЬНАЯ №87	50	4,1	3,8	28,9	157,3	487	
	Итого за употребленный	410	25,6	20,8	65,4	633,4		
Всего за день:			56,3	50,5	207,3	1630,5		

Подар



Согласовано

Заведующий

МОВ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

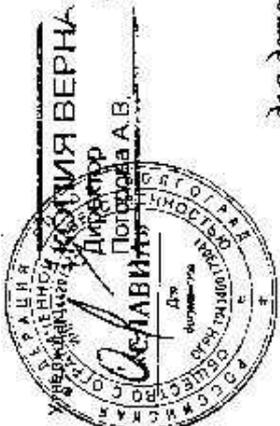
Лето-Весна

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



Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Неделя 2 День 10								
Завтрак								
	ИВРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,8	2,7	2,3	36,7			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	8,1	8,4	6,5	180,3		ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИВРА СЛИВКАМИ №394	2,6	2,3	11,2	76,2		394	2011
	БАТОН	3	1,2	20,6	104,0			
Итого за завтрак		14,3	14,6	40,6	357			
2 Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1		399	2011
Итого за 2 завтрака		0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед								
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	0,2	0	0,8	4,2			
	СУП С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КВБ ТТК №88	2,3	1,8	12,7	75,1		ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №68	8,9	13,0	14,8	196,3		ТТК №68	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,6	46,5		376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	10	47,4			
Итого за обед		15,5	15,3	66,8	450,1			
Уплотненный полдник								
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЕЛИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	6,3	6,5	15,1	144,96		ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №188	6,3	6,9	26,7	208,5		188	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0,1	0	9,8	39,4		392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за Уплотненный		15,8	15,6	73,7	487,56			
Всего за день:		46,5	45,7	188,9	1408,76			

Повар



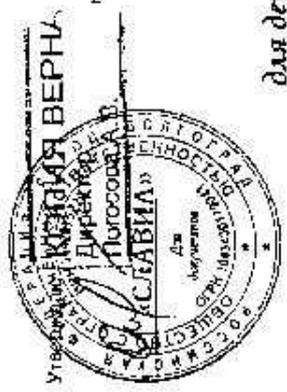
Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ

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

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

Примечание	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	Неделя 3 День 11						
	Суп молочный с крупами (рисовый) ТТК №107	150	3,3	3,8	12,3	ТТК №107	2011
	Коварный напиток с молочком №101	100	2,3	1,8	11,4	305	2011
	Сыр (порционный) №7	5	1,2	1,3	0	17,7	7
	Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,8	
	Итого за завтрак	340	10,4	6,5	46,8	307,7	
2 Завтрак	Фрукты свежие (блюдко) №88	200	0,8	0,8	19,0	91,2	308
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
Обед							
	Помидоры свежие	30	0,3	0,1	1,1	7,2	
	Суп картофельный на бульоне ТТК №87	150	3,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87
	Макарон-жик с мясом или печенью (печень) ТТК №64	150	14,8	7,8	31,5	272,7	ТТК №64
	Компот из свежих плодов №372	100	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	10	47,4	
	Итого за обед	520	20,1	10,4	60,2	515,7	
Уплотненный полдник							
	Икра селедочная или морковная (молочная) №64	30	3,4	1,5	2,3	24,6	54
	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным ТТК №21954	5000	6,3	9,2	9,9	132,8	ТТК №82, 354
	Пюре картофельное №321	110	2,3	3,3	15,5	104,9	371
	Чай с лимонным маслом	180007	0,2	0	10	41,7	383
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4	
	Булочка заливная №167	50	4,1	3,9	28,9	157,3	487
	Итого за Уплотненный	487	15	14	76,7	618,6	
Всего за день:		46,3	37,7	322,7	1437,7		

Полстр



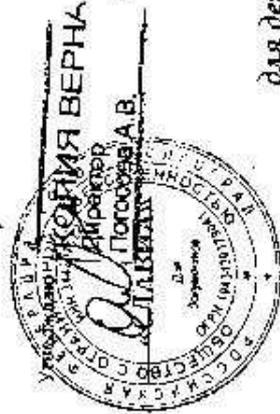
Согласовано \_\_\_\_\_  
 Заведующий \_\_\_\_\_  
 МОУ \_\_\_\_\_

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

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

Примечание	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г	Жир, г			
Неделя 3 День 12								
Завтрак	КАША ЯГРОВАЯ (завтрак) ТТК №63	150	3,4	28,8	1,5	153	ТТК №63	2011
	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №400	150	3,7	7	78,0	400		2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	45	5,5	0,3	58,6	213		2011
	БАТОН	20	1,5	10,3	52,4			
Итого за завтрак		365	17,4	44,4	362,6			
2 Задаток	ЯЙЦОМ, ФАРШОВАЯ ИЛИ КИНОМ №388	110	0,7	31,9	137,0	388		2011
	Итого за 2 задаток	110	0,7	31,9	137,0			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	29,5	33		2011
	ЦУЛ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОНКА, ШНЦЕЛИ РУБЕЦА И ЧЕ. ТТК №61	50	0,3	0,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕБАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	131,4	166	2011
	КОСЛЬ ИЗ ПОВАШКА, ДЖЕМА, ВАРЕЦА №63	50	0,1	0	21,1	84,8	63	2011
	ХЛЕБ ГРЯНОМ	20	1,3	0,2	4,5	40,8		
Итого за обед		620	15,2	21,5	70,2	684,96		
Уплотнительный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАЖЕЧНЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №150/351	130/40	12,8	15,4	95,4	374,5	ТТК №150/351	2011
	КЕСОЛ №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,1	0,2	20,1	84,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за уплотнитель		410	22,5	22	177,4	645,2		
Всего за день			55,6	96,7	252,9	1709,76		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ

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

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов		
			Белок, г	Жиры, г	Углевода, г					
Завтрак	КАША ЗАРНАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	100	2,5	2,4	9	81,3	354			
	БАТОН	50	3,8	1,5	23,7	131				
Итого за завтрак		300	13,6	7,4	61,8	387,4				
2 Залаток	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №326	150	0,9	0,2	17,7	76,1	396	2011		
	Итого за 2 залаток	150	0,9	0,2	17,7	76,1				
Обед	СУПЕР (СВЕЖИЙ)	30	0,2	0	0,8	4,2				
	СУП С МАКАРОНИКАМИ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №68	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №68			
	ГОВЕДИН С СОУСОМ (пюре) ТТК №65	50/30	8,6	7,0	15,2	143,9	ТТК №65			
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,0	336			
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №276	150	0	0	11,6	46,5	378			
	ХЛЕБ РЖАНОУ	40	2,6	0,4	7,7	61,8				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4				
	Итого за обед	500	15,8	14,7	76,2	496,4				
	Уплотненный полдник	СУПЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	6,2	2,1	72,7		ТТК №74	2011
		КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,6	14,6	108,9		151	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ЛЕЖЕНОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		100/10	0,1	0	9,9	39,4	392			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,6	0,1	10	47,4				
БУЛКА ПОСЕННАЯ №178		50	3,9	5,3	26,8	109,1	478			
Итого за Уплотненный полдник	430	14	17,4	63,3	437,5					
Всего за день:		44,4	36,7	223	1396,4					

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заведующий  
 МОВ

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

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

Прим. пищи	Порция пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
	Икра кабачковая консервированная	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Омлет картофельный ТТК №72	0,4	0,4	5,5	100,3	ТТК №72	
	Банан с молоком №387	3,2	2,7	13,12	50,35	387	2011
	Батон	3	1,2	20,8	104,8		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>14,9</b>	<b>16</b>	<b>42,62</b>	<b>411,15</b>		
<b>2 Завтрак</b>							
	Сок яблочно-виноградный, яблочно-апельсиновый №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
<b>Итого за 2 завтрака</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>							
	Помидоры свежие	0,3	0,1	1,1	7,2		
	Соус с капустой и картофелем на масле ТТК №28	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Жаркое по-домашнему ТТК №7	17,8	16,7	15,8	287,3	ТТК №7	
	Компот из свежих плодов №372	0,1	0,1	17,4	71,6	372	2011
	Хлеб ржаной	1,3	0,2	2,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10	47,4		
<b>Итого за обед</b>		<b>22,5</b>	<b>20,2</b>	<b>60,7</b>	<b>519,9</b>		
<b>Уплотнительный полдник</b>							
	Фриш-кефир с сухими молочными ТТК №328	6,9	10,6	17,1	213,5	ТТК №328	2011
	Напиток из плодов лимонника №208	0,8	0,3	14,1	89,3	396	2011
	Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	64,6		
	Булочка вафельная №467	4,1	3,8	20,9	107,3	467	2011
<b>Итого за Уплотнительный</b>		<b>16,8</b>	<b>15</b>	<b>78,7</b>	<b>538</b>		
<b>Всего за день</b>		<b>64,7</b>	<b>60,4</b>	<b>190,27</b>	<b>1541,15</b>		

Повар \_\_\_\_\_



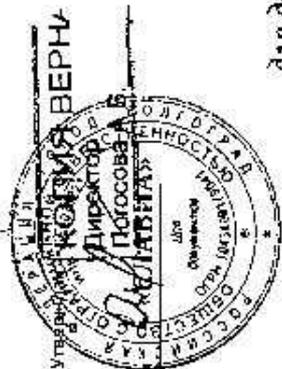
Согласовываю  
 Заведующий  
 М.ОУ

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

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

Примечание	Примеры блюд, название конкретного блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯНОЙ (РЕНЕВОМ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЙНО-МЯГКОКО С МОЛОКОМ №355	150	2,3	1,8	11,4	71,3	385	
	САЛОМ	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОПЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	МЯСО БАКАЖОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУПЯНОЙ КИС ТТК №44	150	1,8	1,9	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОМБИР ЛИЦА ТТК №67	130	10,9	15,9	35,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОРША, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,9	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,9		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
		600	18,2	10,7	88,5	664,8		
	Итого за обед		600	18,2	10,7	88,5	664,8	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИЩЕДЫ РУБЕЦОВЫЕ ТТК №81	50	6,3	8,5	15,1	144,98	ТТК №81	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (С БАРМАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	87,7	344	2011
	ЧАЙ С МЯЖОМ №383	180/187	0,2	0	10	41,7	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,5	0,3	26,9	189,1	478	2011
	БУЛОЧКА ОБЕДЕННАЯ №478	427	13,5	18,2	73,7	600,86		
Итого за Уплотненный полдник		427	13,5	18,2	73,7	600,86		
Всего за день:			41,8	48,4	227,2	1470,26		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий

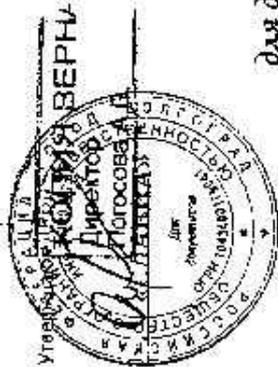
МОН

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

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

Примеры пищи	Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак Неделя 4 День 16	КАША ЯДЛИВАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,3	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №295	150	2,3	1,4	11,4	356	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30г*20	2,3	3,2	21,4	156,7	2
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
Итого за завтрак		385	14,5	10,2	88,5	507,8	
2. Завтрак Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко) №368	300	0,6	0,8	19,0	91,2	368
		200	0,8	0,0	19,0	51,2	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,9	4,2	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КЕ ТТК №47	150	1,7	3	9,8	57,7	ТТК №47
	ПТИЦА, ТРИШЕННАЯ В СОУСЕ С ОБЖАРЕННЫМИ ТТК №68	150	8,9	13,0	14,8	195,3	ТТК №68
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №375	150	0	0	11,6	46,5	375
	ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,2	0,2	8,5	40,3	
		500	12,1	16,2	41,5	344,5	
Уплотнительный полдник	СУШЕЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,4	8,2	2,1	72,7	ТТК №74
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,9	104,9	321
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАЖЕЛЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180г*10	0,1	0	9,6	36,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	
Итого за Уплотнительный		60	4,1	3,9	20,9	107,3	467
Итого за день:		420	14,5	15,5	86,4	431,7	2011
Всего за день:		42	42,7	245,5	1375,3		

Повар



Согласовано

Заведующий

МОУ \_\_\_\_\_

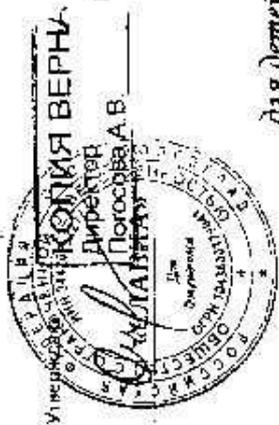
БЕЖЕВНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	На рецептурный лист №102	Сборные рецептур
			Белок, г	Жиры, г			
Неделя 4 День 17							
Завтрак	КАША ИЗ ЗАРА МЛОЧНАЯ (УЛИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	73,7	163,5	ТТК №102
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №354	150	2,6	2,3	11,2	76,3	354
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
	СЫР (ПОРЦИОНАМ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
Итого за завтрак		350	9,5	11,1	98	375,3	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, ЯБЛОЧНО-БЕРКОСОВЫЙ №295	180	0,9	0,2	17,7	75,1	369
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №23	20	0,4	1,9	2,5	29,5	33
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	53,6	ТТК №200
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (овощная) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60
	КАКАРОНЧИК-ИЗДЕЛИЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,7	4,4	26,3	166,1	205
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №303	150	0,1	0	21,1	64,8	383
	ХЛЕБ РЖАНОЖИ	20	1,2	0,2	6,5	40,8	
Итого за обед		345	15,4	19,3	79,4	529	
Успокоительный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ИСПОЛЧИМ ТТК №15/№350	130/50	16,3	13,2	27,4	365,9	ТТК №151, 350
	КЕФИР №401	150	5,1	4,4	7	52,5	401
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,9	
Итого за Успокоительный		400	24,4	18,8	55	583,1	
Всего за день:			52,2	49,4	210,1	1542,6	

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заверяющий  
 МОВ 1.11.2011

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Лето-Весна

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

Премы пищи	Премы пища, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша жидкая (перлусосевая) ТТК №104		6,4	4,6	23,4	159,7	ТТК №104	
Какао с молоком №37		3,2	2,7	13,12	90,36	367	2011
Батон		3	1,2	20,6	104,8		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,6</b>	<b>8,5</b>	<b>57,12</b>	<b>354,84</b>		
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие (банан) №308		3,0	1,0	42,0	192,0	358	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>3,0</b>	<b>1,0</b>	<b>42,0</b>	<b>192,0</b>		
<b>Обед</b>							
Помидоры свежие		2,2	0,1	1,1	7,2		
Суп картофельный на мясе ТТК №07		2,1	2,3	11,7	75,8	1111 №07	
Жаркое по-домашнему ТТК №7		17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
Компот из свежих плодов №372		0,1	0,1	17,4	71,8	372	
Хлеб ржаной		1,3	0,2	8,5	41,8		
Хлеб пшеничный		1,5	0,1	10	47,4		
<b>Итого за обед</b>		<b>23,4</b>	<b>19,5</b>	<b>64,3</b>	<b>530,3</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>							
Тесто с соусом (говядина) ТТК №65		5,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
Каша рассыпчатая с яблоками №166		6,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
Напиток из плодов шиповника №386		0,6	0,2	16,1	66,3	386	2011
Хлеб пшеничный		1,9	0,2	12,4	58,2		
Печенье		1,5	2	14,9	80,4		
<b>Итого за уплотненный</b>		<b>16,3</b>	<b>16,5</b>	<b>87</b>	<b>568,2</b>		
<b>Всего за день</b>		<b>55</b>	<b>46,6</b>	<b>260,42</b>	<b>1642,86</b>		

Исвар



Согласовано

Заведующий

МОУ

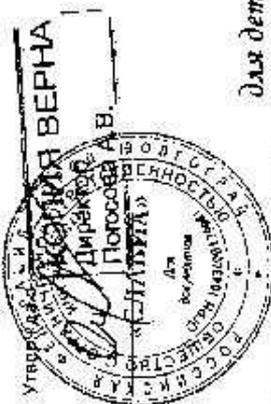
**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Апо-Весна**

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

Примечание	Примечание, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4							
День 19							
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,0	112,0	ТТК №85	2011
	МОЛОКО КИРПИЧНОЕ №800	150	4,3	3,7	78,6	400	
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	45	5,5	5	89,8	213	2011
	БАТО-1	30	2,3	0,9	28,0		
Итого за завтрак		375	16,43	13,4	338,4		
2 Завтрак	СОУС МОЛОЧНЫЙ №309	180	0,9	0,2	74,1	309	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	74,1		
Обед	СУП С СВЕЖИМ	30	0,2	0	0,8	4,2	
	СУПС КРАУТОМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №41	150	1,8	1,8	10,1	44,2	ТТК №41
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МАКСИМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (повышен)	150/50	11,0	9,5	28,8	289,7	ТТК №79, 360
	СОУСЫ МОЛОЧНЫМ ТТК №79(№85)	150	0	0	11,6	48,5	378
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №375	40	2,6	0,4	17	81,8	
	ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,5	0,3	10	47,4	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	880	17,1	11,4	78,3	503,6	
Употребляемый напиток	ПУДИНГ ИЗ ТОПОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№150)	130/40	12,9	16	33,9	374,9	ТТК №156, 360
	РЕФОР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401
	БАТО-1	50	3,8	1,5	25,7	131	
	Итого за Употребляемый напиток	400	21,8	21,9	69,5	698	
Всего за день:		882	47,3	290,1	1515,3		

Повар



Согласовано  
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	Пшеничные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	Какао Жидкая (плавленый) ТТК №105	150	7	2,6	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
	Корейский напиток с молоком №395	50	2,4	1,9	12,2	76,1	395			
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8				
	Сыр (порционный) №7	5	1,2	1,5	0,2	17,7	7			
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>355</b>	<b>13,6</b>	<b>9,1</b>	<b>61,9</b>	<b>373,7</b>				
2 Завтрак	Фрукты свежие (яблоко) №358	200	0,8	0,8	19,0	91,2	358	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	Икра рыбная консервированная	30	0,6	2,7	2,4	35,7		2011		
	Борщ с капустой и картофелем на бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	82,4	ТТК №28			
	Котлеты, картофель, шинка (сметанная) ТТК №91	90	6,3	6,5	15,1	144,96	ТТК №91			
	Рагу овощное (с вариами) №24	110	2	4,3	10,9	97,7	344			
	Кисель из помидор, джема, варенья №393	150	0,1	0	21,1	84,8	383			
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	81,9				
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2				
	<b>Итого за обед</b>	<b>555</b>	<b>16</b>	<b>19,1</b>	<b>65,9</b>	<b>566,36</b>				
	Уплотнительный полдник	Повидорь свежее	40	0,4	0,13	1,5	9,6			2011
		Сметанно-творожная с соусом сметанным ТТК №3254	10000	7,16	11,5	19,4	232,6		ТТК №3254	
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392		18010	0,1	0	9,8	38,4	392			
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,1	10	47,4				
Печенье		20	1,5	1,5	14,9	81,4				
<b>Итого за Уплотнительный</b>	<b>400</b>	<b>10,62</b>	<b>13,73</b>	<b>55,6</b>	<b>412,4</b>					
<b>Всего за день:</b>		<b>40,05</b>	<b>41,73</b>	<b>222,4</b>	<b>1443,66</b>					

Повар