

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

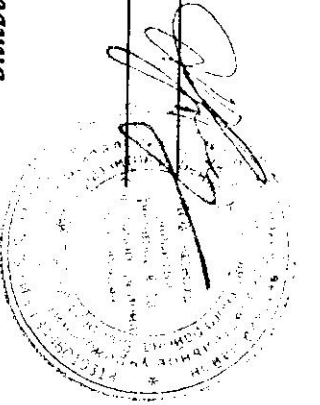
Зима-Осень

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

Согласовываю

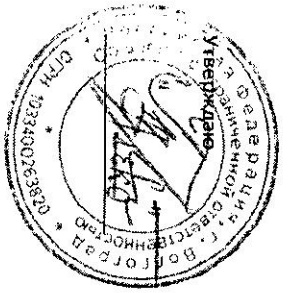
Заведующий

МОУ



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7		7
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7		2011
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
	КРАСЕЛЬ 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	59,2	59,2		
Итого за обед		555	15	19,1	85,9	566,36		
Уплотненный полдник	ПОВИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5		
	СИЧЕНИКИ "РАБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №59/№354	100/20	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		
Итого за уплотненным полдником	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
		400	10,65	13,6	55,6	412,4		
Всего за день:			42,25	41,8	245,4	1544,46		

Повар



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Согласовываю  
Заведующий

МОУ \_\_\_\_\_

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 19	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №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		37,5	16,4	13,4	37,5	388,4	
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 СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №44	
	СУП С КРУПЯНОЙ БУЛЬОНОМ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (посидица) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,6	29,2	253,1	ТТК №79, 350	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	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	598		
Всего за день:			56,2	47,3	200,1	1515,1		

Повар \_\_\_\_\_

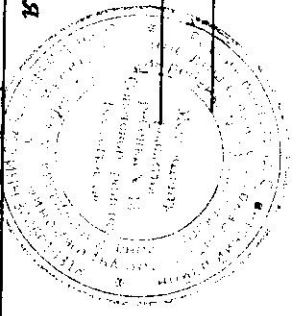


**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**

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

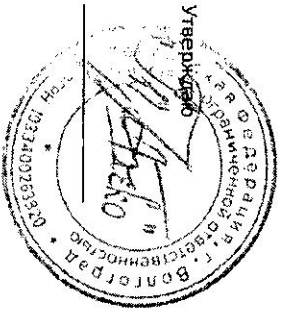
Согласовываю  
Заведующий \_\_\_\_\_

МОУ \_\_\_\_\_



Прием пищи	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 День 18	КАША ЖИДКАЯ (перлусовая) 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	90,36	397	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	12,6	8,5	57,12	354,36		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б 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 РЖАНОИ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	23,1	19,4	64,31	530,3		
Уплотненный полдник	ФЕТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	КАША РАССОСЫПАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНЕВА) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	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 уплотненный полдник		415	16,3	16,6	87	566,2		
Итого за день:			52,8	45,3	227,42	1542,05		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

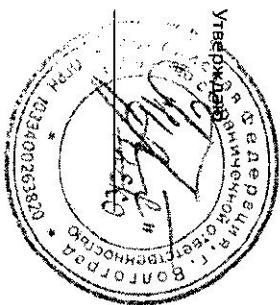
Зима-Осень

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

Согласовано  
Заведующий  
МОУ

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394		
		45	3,4	1,3	23,1	117,9			
Итого за завтрак	Сыр (ТОПЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
		350	9,5	11,1	58	375,3			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №999	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 ОВЕЖИИ №33 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60 МАКАРОНЫ С ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №235 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №983 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		150,5	1,2	3	5,4	53,6	ТТК №200		
		50,30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60		
		110	4,1	4,4	26,3	156,1	205		
		150	0,1	0	21,1	94,8	383		
		20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		54,5	15,4	19,3	79,4	529			
Уплотнительный подник	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	2011	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за уплотнительный подник		408	24,4	18,8	55	553,1			
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1542,5			

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

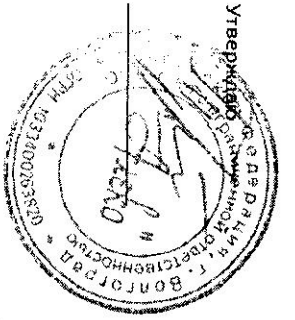
Зима-Осень

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №995	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	86,5	507,9		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №988	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №47	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КИС 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 СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0	0,2	8,5	40,8		
Итого 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	
	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
Итого за уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		420	14,5	15,5	66,4	431,7		
Всего за день:			42	42,7	215,5	1375,3		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

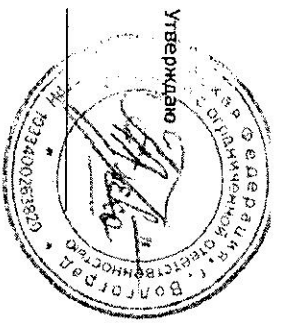
Зима-Осень

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

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	7	
	СЫР (ГОРЦЫЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7		
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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №44	2011
	СУП С КРУПЮЙ НА КИС ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПРИВАЗ ТИПЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	38,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		500	16,2	20,7	88,5	564,8		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БАТОНЧИ, ШПИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАТУ 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		
Итого за уплотненный полдник	ВУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	28,8	169,1	478	2011
		427	13,5	18,2	72,7	500,86		
Всего за день:			41,8	48,4	227,2	1470,26		

Повар




**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

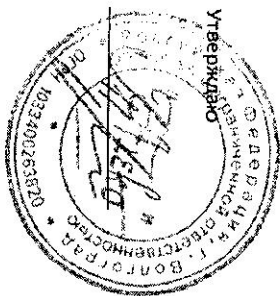
**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 14	ИГРА КВАЦУКОВАЯ 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	
	КАЖКО С МОЛОКОМ №397	160	3,2	2,7	13,12	90,35	397	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		360	14,9	15	42,52	411,15		
2 Завтрак	СОК ЯВЛЮЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,5	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	КАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,9	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМЛОТ ИЗ СЕРВИК 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		
Итого за обед		520	22,5	20,1	59,7	515,9		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ "ЯГОСНЯШКА" С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №	100/40	8,9	10,6	17,1	213,5	ТТК № 32, 350	2011
	32/№350							
	НАГЛТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотненным полдником	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		400	15,8	15	78,7	538		
Всего за день:			54,1	50,3	198,52	1541,15		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

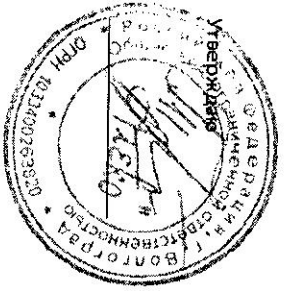
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовано  
Заведующий  
МОУ

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	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	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 СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №36	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	1,7	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	
	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		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	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	39,7	223	1396,4		

Повар \_\_\_\_\_





ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

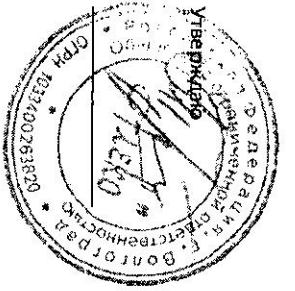
Зима-Осень

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

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6.1	3.4	26.8	183	ТТК №83	
	МОЛОКО КЛИЗЯЧЬЕ №400	150	4.3	3.7	7	78.6	400	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5.5	5	0.3	68.6	213	2011
	БАТОН	20	1.5	0.6	10.3	52.4		
Итого за завтрак		365	17.4	12.7	44.4	362.6		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЖОМОМ №398	110	0.7	0.5	31.9	137.0	398	2011
Итого за 2 завтрак		110	0.7	0.5	31.9	137.0		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0.4	1.9	2.5	29.5	33	2011
	ШИШ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1.4	4.5	5.7	73.5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6.3	8.5	15.1	144.96	ТТК №61	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №185	110	5.7	6.4	26.3	191.4	185	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	0.1	0	21.1	84.8	393	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1.3	0.2	8.5	40.8		
Итого за обед		520	15.2	21.5	79.2	564.96		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156/№351	130/40	12.8	15.4	35.4	374.6	ТТК №156, 351	2011
	КЕФИР №401	180	5.1	4.4	7	92.5	401	2011
	ХЛЕБ ПЛЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2	14.9	83.4		
Итого за уплотненный полдник		410	22.5	22	77.4	645.2		
Всего за день:			55.8	56.7	232.9	1709.76		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

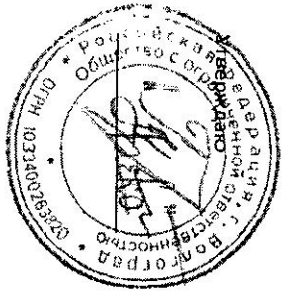
Зима-Осень

Согласовываю  
 Заведующий  
 МУУ \_\_\_\_\_

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

Примем пищи	Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Суп молочный с крутой (рисовой) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	Корейский салаток 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	
Итого за завтрак	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		2011
		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
	Итого за завтрак							
2 Завтрак	Фрукты свежие (яблоко) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	Суп картофельный на бульоне ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	Макароник с мясом или печенью (печень) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
	Каша 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		
Итого за обед		520	20,1	10,3	80,2	515,7		
Уплотненный подзавтрак	Икра свекольная или морковная (морковная) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	Котлеты рыбные из щуки с соусом сметанным ТТК №62/№54	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 54	
	Пюре картофельное №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	Чай с лимоном №33	180/107	0,2	0	10	41,7	395	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за уплотненный подзавтрак	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		487	15	18	79,7	518,5		
	Итого за день:		46,3	37,6	225,7	1433,1		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

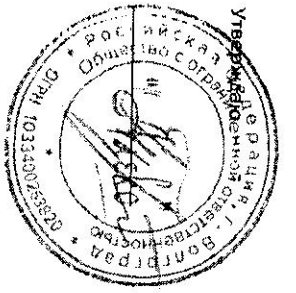
Зима-Осень

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г			
Завтрак День 10	ИМРА 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		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397			
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 СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88		
	ПТИЦА, ГУШЕННАЯ 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	9,7	46			
	Итого за обед		540	15,5	15,3	66,9	450,1		
	Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЕНЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
		КАША РАСОСЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	6,9	28,7	208,5	166	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за уплотненный полдник		400	15,8	15,6	73,7	487,56			
Всего за день:			46,5	45,7	198,9	1409,76			

Повар \_\_\_\_\_



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

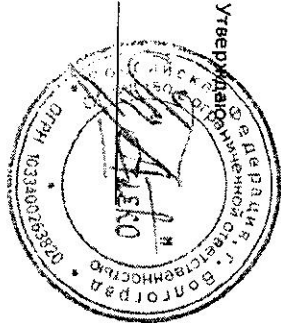
*Зима-Осень*

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400		
		50	3,8	1,5	25,7	131			
		5	1,2	1,5	0	17,7	7		
Итого за завтрак		355	16,3	10,2	61,8	402,4			
2 Завтрак	Сок яблочный №399	150	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28		
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8		ТТК №68
		КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	0,1	0	21,1	84,8		393
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	527,7			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	130/50	16,2	12,3	29,5	385,6	ТТК №151, 351	2011	
		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5		401
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,8	28,9	167,3		467
Итого за уплотненный полдник		410	25,4	20,6	65,4	625,4		2011	
Всего за день:			56,1	50,5	207,2	1830,6			

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

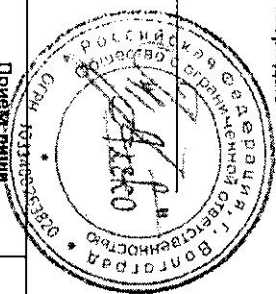
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовано  
Заведующий  
МОУ

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак	КАША ЖУДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104 КАКАО С МОЛОКОМ №397 РЫЦА ВАРЕННЫЕ №213 БАТОН	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011			
		150	3,1	2,5	12,3	84,7	397				
		45	5,5	5	0,3	68,6	213				
		20	1,5	0,6	10,3	52,4					
Итого за завтрак		365	16,5	12,7	46,3	364,9					
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2					
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЧИЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ РУКАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №47	2011			
		150/10	1,9	4,6	5,7	76,8					
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7				
		150/10/7	0,2	0	10	41,7	393				
		20	1,3	0,2	8,5	40,8					
		30	2,3	0,2	15,1	71					
		587	23,6	21,7	55,2	519,7					
		<b>Уплотненный подник</b>									
			ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2		143,9	ТТК №65	2011
			МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3		166,1	205	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398				
<b>Итого за уплотненным подником</b>		30	2,3	0,2	15,1	71					
<b>Итого за день:</b>		400	13,5	12,6	74,2	487,2					
<b>Всего за день:</b>			54,4	47,9	194,7	1443					

Повар

Утверждено



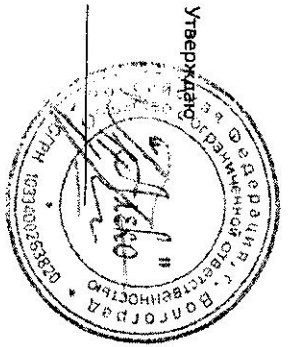
РЕЖИМ ДНЕВНОГО ВОЗРАСТА 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования  
Зима-Осень

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

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

Принимать пищу	Принимать пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7	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	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		350	10,5	9,3	31,7	298,3		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	1,3	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 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	19,8	11,8	71,7	492,4		
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
Итого за уплотненный полдник		80	4,5	1,74	30,84	157,2		
		400	16,17	16,64	80,74	396,67		
Всего за день:			47,37	37,94	181,84	1262,47		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

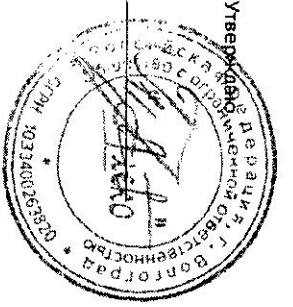
Зима-Осень

Согласовано:  
Заведующий:  
МОУ

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каши жидкая (манная) ТТК №83	150	6.1	3.4	26.6	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 (Порциям) №7	5	1.2	1.5	0	17.7	7		
	Итого за завтрак	355	15.4	10.1	59.5	390.3			
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	Огулец соленый	30	0.2	0	0.5	3.9		2011	
	Суп с клецками на бульоне со сметаной ТТК №201	150/15/10	1.8	3.6	9.2	81.3	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		
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.4	21.2	102			
Итого за обед	45	3.3	0.3	21.9	103.4				
	Хлеб пшеничный	585	16.3	14.9	76.7	517.8			
Уплотненный полдник	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 лимоном №393	150/73.5	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		
Итого за уплотненный полдник	425	17	21.2	113.6	677		2011		
Всего за день:			49.5	47	288.8	1676.3			

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

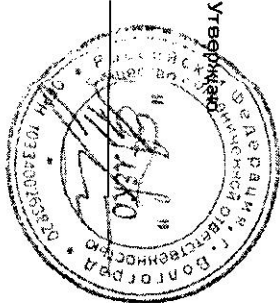
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Каши жидкая (геркулесовая) ТТК №104 Корейский напиток с молоком №395 Булгур с джемом или повидлом №2	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
		305/20	2,3	3,7	27,4	155,7	2	
		355	11	10,1	52,2	387,2		
		Итого за завтрак						
2 Завтрак	Сок яблочный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	Салат из свеклы №33 Суп картофельный на кв ТТК №87 Плов из птицы ТТК №67 Кисель из повидла, джема, варенья №383 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
		150	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		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 Котлеты, биточки рыбные запеченные ТТК №77 Картофель, запеченный в сметанном соусе №151 Напиток из плодов шиповника №398 Хлеб пшеничный	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
		50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
		120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	
		120	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотненный	410	10,7	12,5	54,4	365,9			
Всего за день:		40,5	43,4	234,7	1445,7			

Повар \_\_\_\_\_





Согласовано  
Заведующий

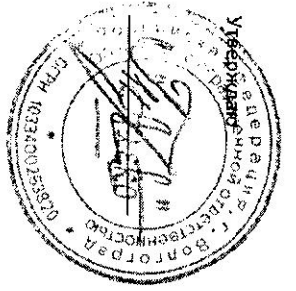
МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

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			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №94 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯНИ) №7	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
		50	3,8	1,5	25,7	131		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	12	9,4	49,4	331,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №988	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ГОМБИДОРЫ СОЛЕННЫЕ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
		150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47	
		130	15,4	14,5	13,5	249,0	ТТК №7	
		150	0	0	11,6	46,5	376	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		510	20,43	19,4	50,42	487,7		
Уплотненный поддник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №151/№351 КЕФИР №401 БУЛОЧКА ВЕСНИЦКА №473	130/40	16	12	28,3	357,1	ТТК №151/351	2011
		180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		50	4	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за уплотненный поддник		400	25,1	19,4	64,9	610,5		
Всего за день:			58,33	49	183,72	1500,8		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

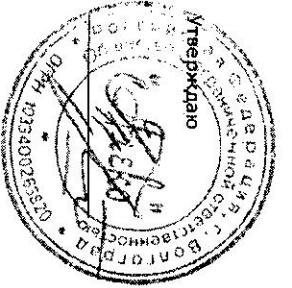
Зима-Осень

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

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 3	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,6	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	69,6	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	323,4	
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 СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	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	150/73,5	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		
	Итого за обед		540	14,6	12,1	59,1	427,2	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЦЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
	КАША РАСОБЯГЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНЬЕ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	82	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотненный полдник		440	15,3	17,8	82,6	547,76		
Всего за день:			44	39,1	206,6	1373,46		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

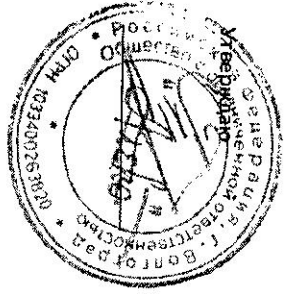
Зима-Осень

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

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

Премем пищи	Премем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			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 КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,9	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	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
<b>Обед</b>								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	28,5	33	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,6	10,1	64,2	ТТК №44	
	ГОЛИБЦЫ ЛЕННЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	0,1	0	21,1	84,8	393	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	13,1	14,5	66	455,7		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/№350	130/60	12	13,9	35,1	285,5	ТТК №157, 350	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Итого за уплотненный полдник	400	17,8	17,1	64,7	458,3		
	Всего за день:		47,5	45,7	185,9	1377,4		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Согласовываю  
Заведующий  
МОН

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	312,6			
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №393	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	ИЖРА 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	
	ХЛЕБОТ 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 РУБЕЖНЫЕ ИЗ СТАЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62		
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Уплотненный полдник	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		415	13,7	15,3	69,9	456,7			
Всего за день:			47,5	44,8	193,1	1 376,3			

Повар \_\_\_\_\_