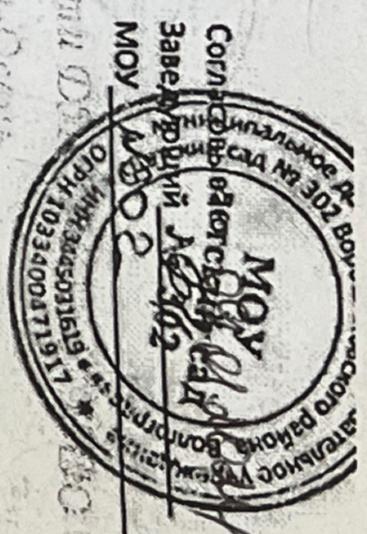


для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Зима-Осень



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
	Итого за завтрак		425	18,4	14,1	54,6	420,5	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №369	200	0,8	0,8	19,0	91,2	369	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	533,4		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕРИ С СОУСОМ (ГРЕЦКИНА) ТТК №65	70/90	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
Итого за Уплотненный полдник		510	23,1	22,7	516	112,1		
Всего за день:			65,7	61,6	239,4	5181,6		

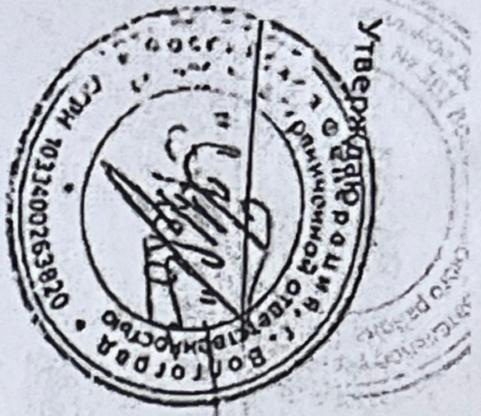
Повар Милослав

М.В. Милослав

М.В. Милослав

М.В. Милослав

М.В. Милослав



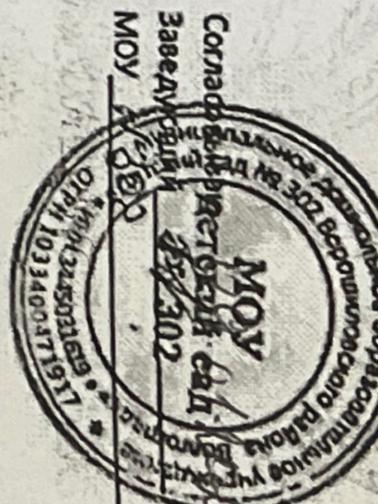
УТВЕРЖДАЮ
 Директор ФГУП «ВНИИ питания»
 09.09.2011



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



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	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
	Итого за завтрак	400	17,9	12,5	59,4	422,7			
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		640	26,9	19,9	85,8	657,6			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351	2011	
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за Уплотненный полдник		450	37,4	28,7	68,1	699,8			
Всего за день:			83,2	61,3	233,9	1 873,5			

Повар Михайлова Ш.В.

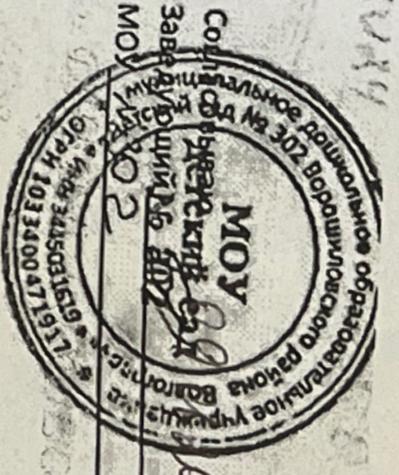
99.09.11

99.09.11



10.09.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 10 Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
	Итого за завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8			
	Обед	Сок яблочно-виноградный, сок яблочно-абрикосовый №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		Огурец соленый	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
		Суп с макаронными изделиями на ке ТТК №88	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88	
		Птица тушенная в соусе с овощами ТТК №65	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №65	
		Компот из сушеных фруктов №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	376	2011
Хлеб ржаной		200	0,0	0,0	15,5	61,9			
Хлеб пшеничный		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
Уплотненный полдник		Котлеты, биточки, шницели рубленные ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за полдник	450	22,1	21,0	72,8	579,3			
	Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1747,4		
		Повар <u>И. В. Воробей</u>							

12.04.24

12.04.24

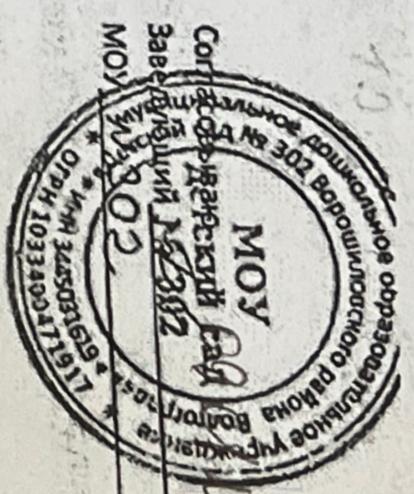
Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	368,6		
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		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011
	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	670	23,9	11,8	105,8	648,7		
Итого за обед		50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		602	23,6	24,6	98,6	238,724,1	246	2011
Итого за Уплотненный полдник			58,2	51,3	271,5	541,832,6	51,3	2011
Всего за День:								
Повар	Виктор Петров							



16.04.24

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 12	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №33	180	7.3	4.2	31.4	191.3	ТТК №23	2011
		45	5.5	5.0	0.3	68.6	213	2011
		180	5.0	4.4	8.3	94.3	400	2011
		20	1.5	0.6	10.3	52.4		
		425	19.3	14.2	50.3	406.6		
Итого за завтрак	РЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗКОМОМ №388	110	0.7	0.5	31.9	137.0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0.7	0.5	31.9	137.0		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0.8	3.5	4.9	54.6	33	2011
		200/10	1.7	5.5	7.5	92.3	ТТК №47	
		80	13.3	13.4	12.6	226.5	ТТК №61	2011
		150	8.1	5.6	36.9	234.4	166	2011
		200	0.1	0.0	28.4	114.0	383	2011
Итого за обед	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	200	0.1	0.0	28.4	114.0		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	50	3.3	0.4	21.2	102.0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	750	27.3	28.4	111.5	823.8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №156/№351	150/50	24.2	17.8	40.3	428.8	ТТК №156, 351	2011
		200	5.6	4.9	7.8	102.8	401	2011
		30	2.3	0.2	15.1	71.0		
		20	1.5	2.0	14.9	83.4		
		450	33.6	24.9	78.1	696.0		
Итого за Уплотненный полдник		450	33.6	24.9	78.1	696.0		
Всего за день:			80.9	68.0	271.8	2 053.4		

Повар

В.И.В.

17.04.11

17.04.11



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

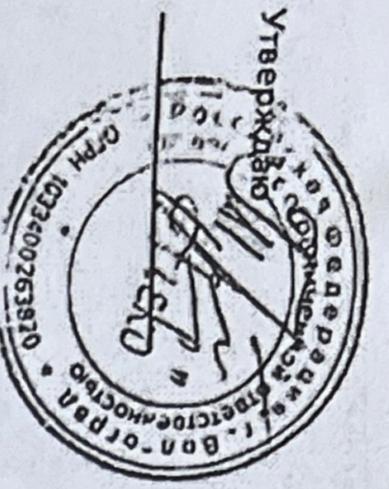
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



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	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,5	394	2011	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	155,7	2	2011	
	Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	457,7			
	Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №338	130	2,9	4,9	12,5	106,9	338	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед	720	21,9	20,1	69,2	636,7			
	Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	150	3,2	4,7	18,3	134,2	151	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,5	0,5	26,8	169,1	478	2011	
Итого за Уплотненный полдник	600	20,9	16,8	73,1	536,3				
Всего за День:			57,1	47,3	239,0	1714,1			

Повар Лавров И.В.

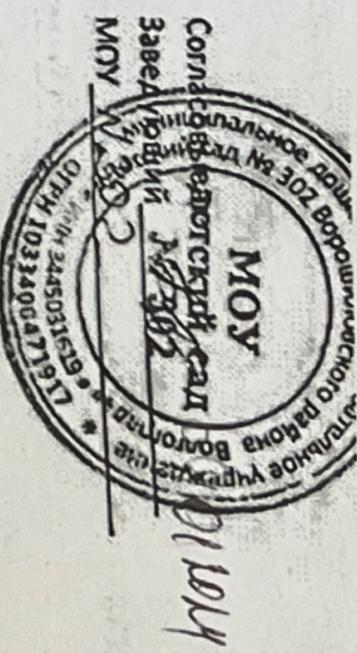
ДНИК
птур



РЕЖИМЕНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 14								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №72	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		420	21,7	27,3	33,8	474,5		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	620	24,6	21,0	73,2	586,2		
Итого за обед								
Уплотненный полдник								
	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУШАШКА" С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК № 32/№350	140/50	20,5	30,9	23,2	458,8	ТТК № 32, 350	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	450	27,5	35,3	85,3	785,4		
Итого за Уплотненный полдник			74,8	83,8	211,9	1 929,5		
Всего за день:								

Повар Сенцова Т.В.

15.04.2011

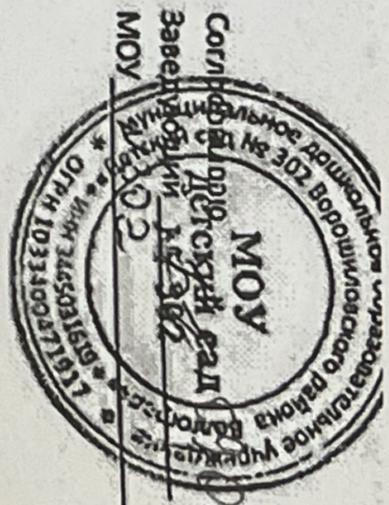
15.04.2011



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ТРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЕНЬСКИН) №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	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУПНОЙ НА КЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	25,7	102,6	393	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник		497	20,4	26,6	77,8	650,9		
Всего за день:			71,9	76,9	247,8	1 998,9		

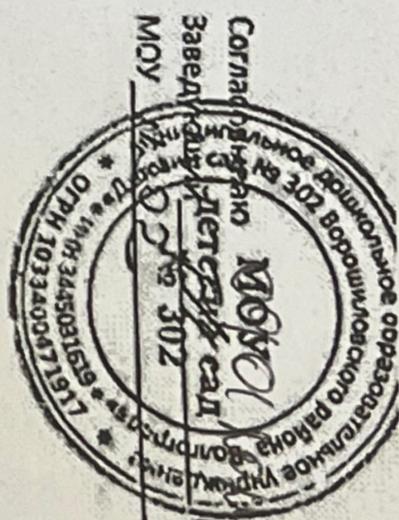
Повар Александр А. В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 День 16	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	ТТК №105		
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	395	2011	
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		455	15,2	10,9	90,5	525,6			
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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	ШИШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ ТТК №47	180	2,0	3,6	7,2	70,2	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 №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		600	19,4	17,7	53,8	455,6			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		490	21,8	14,6	80,4	548,4			
Всего за день:			57,2	44,0	243,7	1 620,8			

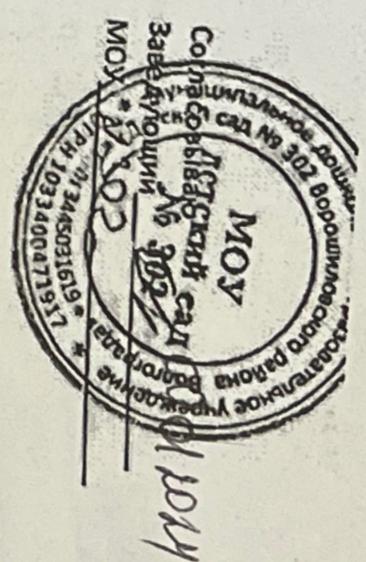
Повар Смирнова А.В.

д.т. ш.т. д.т.

д.д. ш.ш. д.д.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

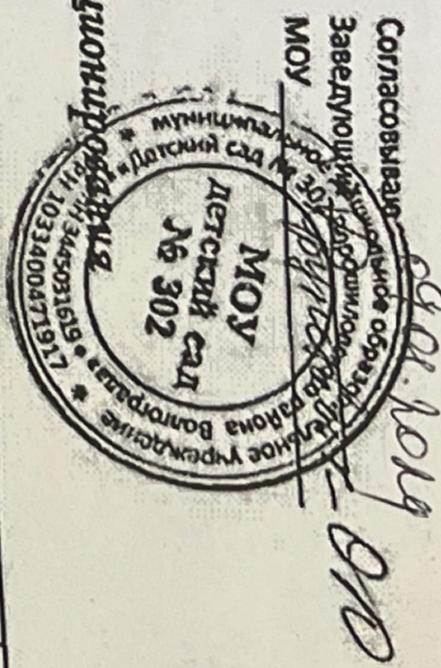


Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	305/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	70/30	11,5	13,1	6,3	203,3	ТТК №60	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
Итого за обед		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		2011
		685	21,2	24,6	83,7	695,4		
Уплотненный полдник	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350	150/60	26,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 350	2011
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за день:		480	39,0	30,3	80,8	772,4		
Всего за день:			71,0	71,3	251,1	1976,6		

Повар Михаила М. В.



УТВЕРЖДАЮ: Дирекция Федеральной службы по интеллектуальной собственности, патентам и товарным знакам
ЕЖЕДНЕВНОЕ. 20-ти ДНЕВНОЕ. МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углевод, г			
Неделя 4 День 18	КАША ЖАДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	2011
		180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
Итого за завтрак	БАТОН	400	15,6	12,2	56,4	399,5		
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		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МБ ТТК №87 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №87	
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
		30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	610	26,7	21,1	73,7	597,6		
Уплотненный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №168 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
		130	7,0	4,8	32,0	203,0	166	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
		20	1,5	0,1	9,7	46,0	458	2011
		75	5,0	2,8	52,7	256,4		
Итого за Уплотненный полдник		605	24,4	20,4	123,5	799,0		
Всего за день:			67,5	54,5	272,6	1 887,3		

Повар Луканов А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №100	150	4,3	3,7	7	79,6	400	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	69,6	213	2011
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79,6		
		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 СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №44	
	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	253,1	ТТК №79,350	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАЧНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	49		
		690	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	556		
Всего за день:			66,2	47,3	200,1	1515,1		

Повар Винская Д.В.

26.04.14



РЕЖИМ ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 1-3 лет, 12 часового режима функционирования
Зима-Осень



для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часового режима функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Неделя 4 День 20	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		
Завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	7	2011	
	СЫР ТВОРОЖНЫЙ №7	5	1,2	1,5	0	17,7			
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7		2011	
Итого за завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	368		
Итого за 2 завтрака		200	3,0	1,0	42,0	192,0			
Обед	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №28		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
Обед	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕЦОВЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (З ВАРЯНТО) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344		
Обед	КУСАЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0,4	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,2	17	81,9			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	655	15	19,1	65,9	566,96			
Итого за обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5	ТТК №59, 354	2011	
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	100/20	7,15	11,5	19,4	232,6	ТТК №59, 354	2011	
Уплотненный полдник	СИЧЕНИКИ РЯБИЦКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №59/№354	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	2	14,9	63,4			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	2	14,9	63,4			
Итого за день	ПЕЧЕНЬЕ	400	10,86	13,8	66,6	412,4			
	ПЕЧЕНЬЕ	400	42,26	41,8	245,4	1544,46			

Повар Якубов А.В.

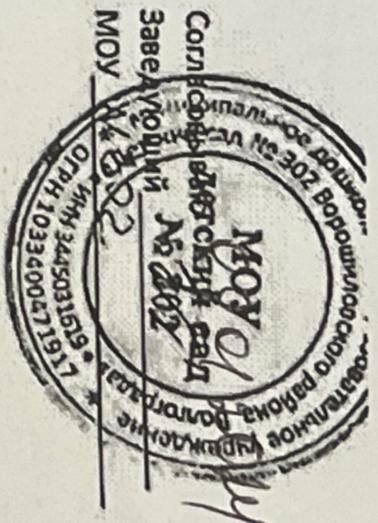


24.11.11

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯС ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Итого за обед								
Уплотненный полдник								
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	500	22,2	19,7	93,8	647,4		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			59,0	56,0	238,7	1716,3		

Повар Лисова Д.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 День 3	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	ТТК №83		
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	392	2011	
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
			445	14,4	9,8	51,8	351,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	94,3	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		647	16,4	12,5	72,1	485,9			
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,8	32,0	203,0	166	2011	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8			
		530	24,5	23,6	101,0	731,6			
Всего за день:			56,3	46,1	244,5	1 652,6			

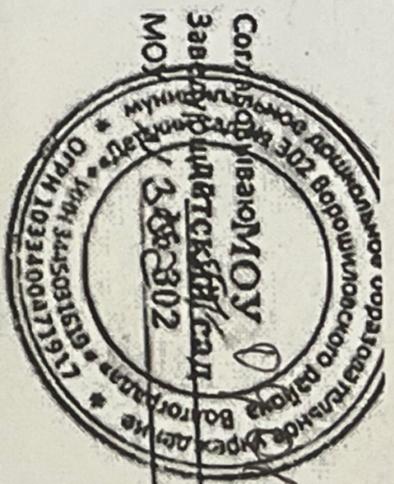
Повар Михаил Ф. А.



ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 4								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
Итого за завтрак		420	14,4	15,2	48,6	395,2		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368, 371	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1	ТТК №47	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЪ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	180/10	2,3	5,1	7,6	90,8	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		660	24,9	22,3	66,8	575,7		
Уплотненный полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151/№351	2011
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	37,3	27,8	68,8	693,4		
Всего за день:			77,4	66,1	203,2	1755,5		

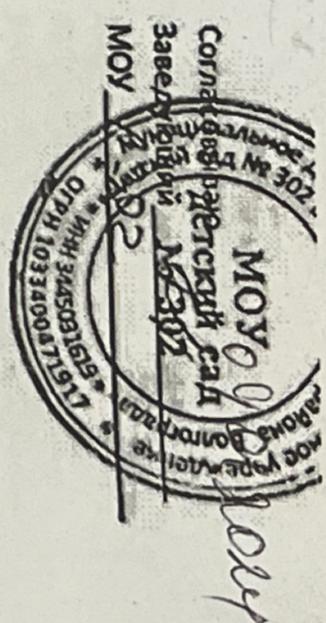
Повар Швецова О.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 5								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
Итого за завтрак								
		200	1,0	0,2	19,6	63,4	399	2011
Итого за 2 завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	63,4		
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КВ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Итого за обед								
		50	1,0	4,5	3,9	59,5		
Уплотненный полдник								
	Икра кабачковая консервированная	70	9,5	6,9	6,8	135,6	ТТК №77	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	130	2,8	4,1	15,9	116,8	151	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №161	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	470	17,0	16,0	64,8	495,1		
Итого за Уплотненный полдник								
			68,1	64,0	257,7	1914,9		
Всего за день:								
Повар	<i>В.И.И.</i>							

УО. УО. АУКЧ

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 6	ЗАВТРАК КАША КРУПЧАЯ (МАННАЯ) ТТК №83 МОЛОКО КВАСЧЕНОЕ №100 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯНО) №7	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
		30	2,3	0,9	15,4	78,6	7	
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
Итого за завтрак		400	16,9	12,5	55,1	400,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С КЛЕЦКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201 ГОЛСЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011
		200/20/10	2,7	4,7	12,1	106,9	ТТК №201	
		140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		770	23,4	18,6	382,2	630,1		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	150/50	19,1	18,1	38,7	404,3	ТТК №152, 350	2011
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		75	5,0	2,8	52,7	256,4	458	
		492	25,8	21,0	112,1	748,4		
Итого за Уплотненный полдник		492	25,8	21,0	112,1	748,4		
Всего за день:			66,9	52,9	274,4	1 370,3		

Повар Минина С.В.

04.04. 24

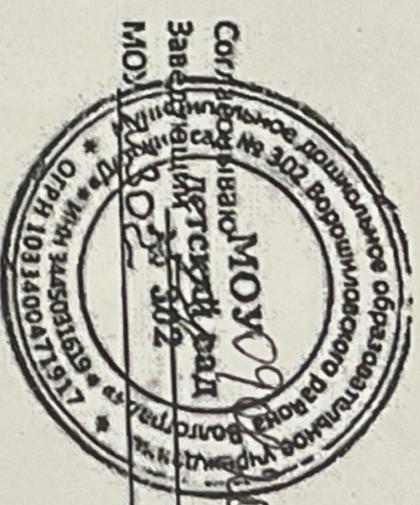
Утвержден



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 7								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный, сок яблочно-абрикосовый №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Макаронник с мясом или печенью (печень) с соусом томатным ТТК №64/№348	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	Компот из свежих плодов №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник	Рыба запеченная в омлете ТТК №73	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
	Пюре картофельное №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		450	20,8	13,7	66,5	481,4		
Всего за день:			65,6	54,0	203,5	1 597,9		

Повар Шкоба Э.В.