



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	160	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	2011	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394		
		40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	312,6			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С МАКРОНОН-САМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/В ТТК №88 ЖАЖКОЕ ПО-ДРЕЗАНСКОМУ ТТК №7 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РУЖАНОН ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011	
		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	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		520	23,5	21,6	60,1	531,9			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 КОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011	
		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392		
		15	1,1	0,1	7,5	35,5			
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за день:		415	13,7	15,3	69,9	456,7			
			47,5	44,8	193,1	1 376,3			

F. var



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 2	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5	ТТК №72	2011	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3			
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6			
	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			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	ТТК №44 ТТК №75 ТТК №383	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2			
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2			
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8			
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	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			
Уплотненный полдник	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	456,3			
Всего за День:			47,6	45,7	185,9	1377,4			

Повар \_\_\_\_\_



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



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

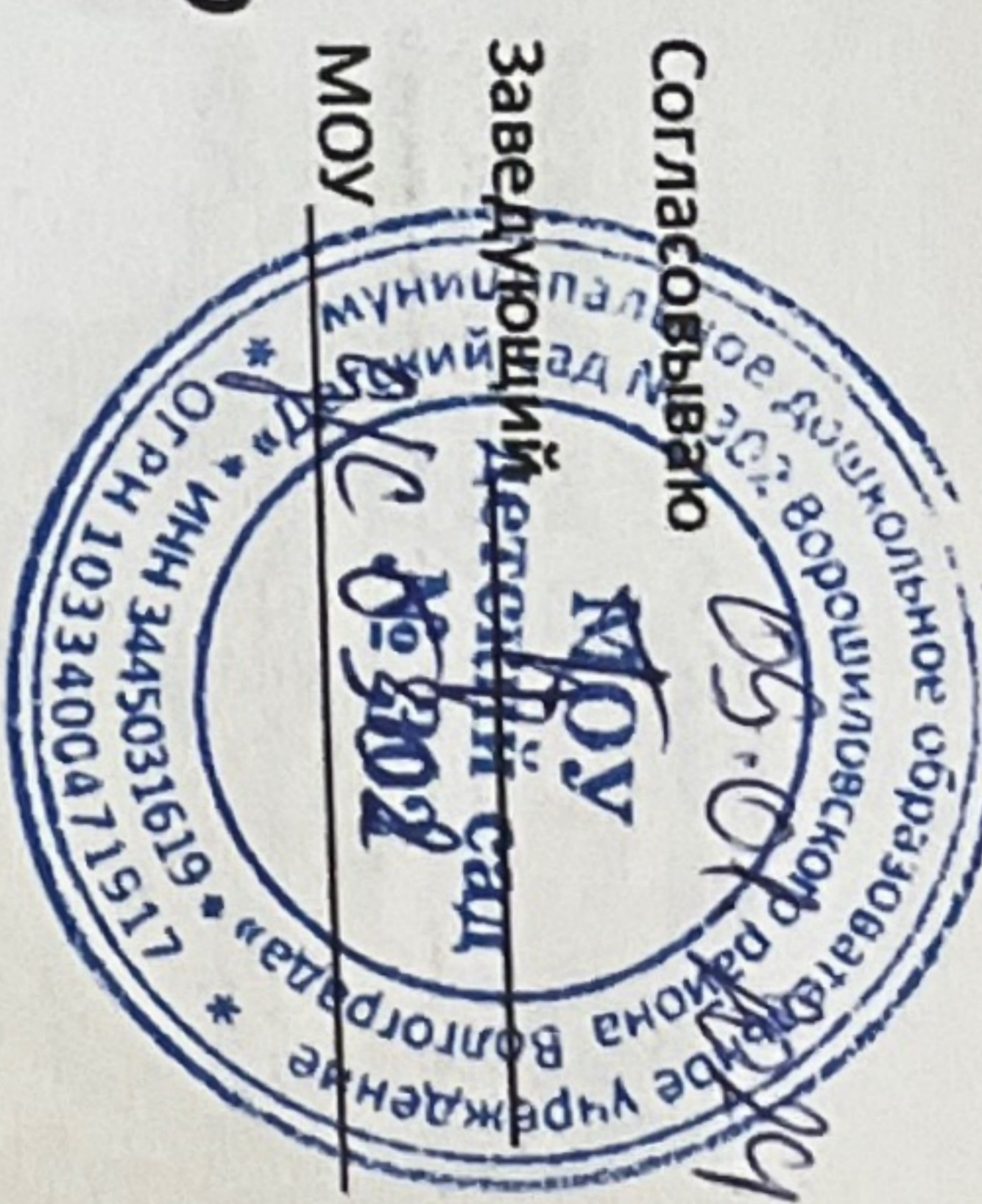
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ № 392 ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213 БАТОН	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		45	5,5	5	0,3	68,6	213	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		405	13,2	9	47,2	323,4		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	ТТК №28	2011
		150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК № 79	
		150	10,0	6,8	25,3	215,8		
		150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		540	14,6	12,1	59,1	427,2		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (светлая) №324 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЧНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
		50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
		180	0,1	0,1	20,9	86	372	
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		440	16,3	17,8	82,6	547,76		
Всего за день:			44	39,1	206,6	1373,46		

Повар \_\_\_\_\_



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

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



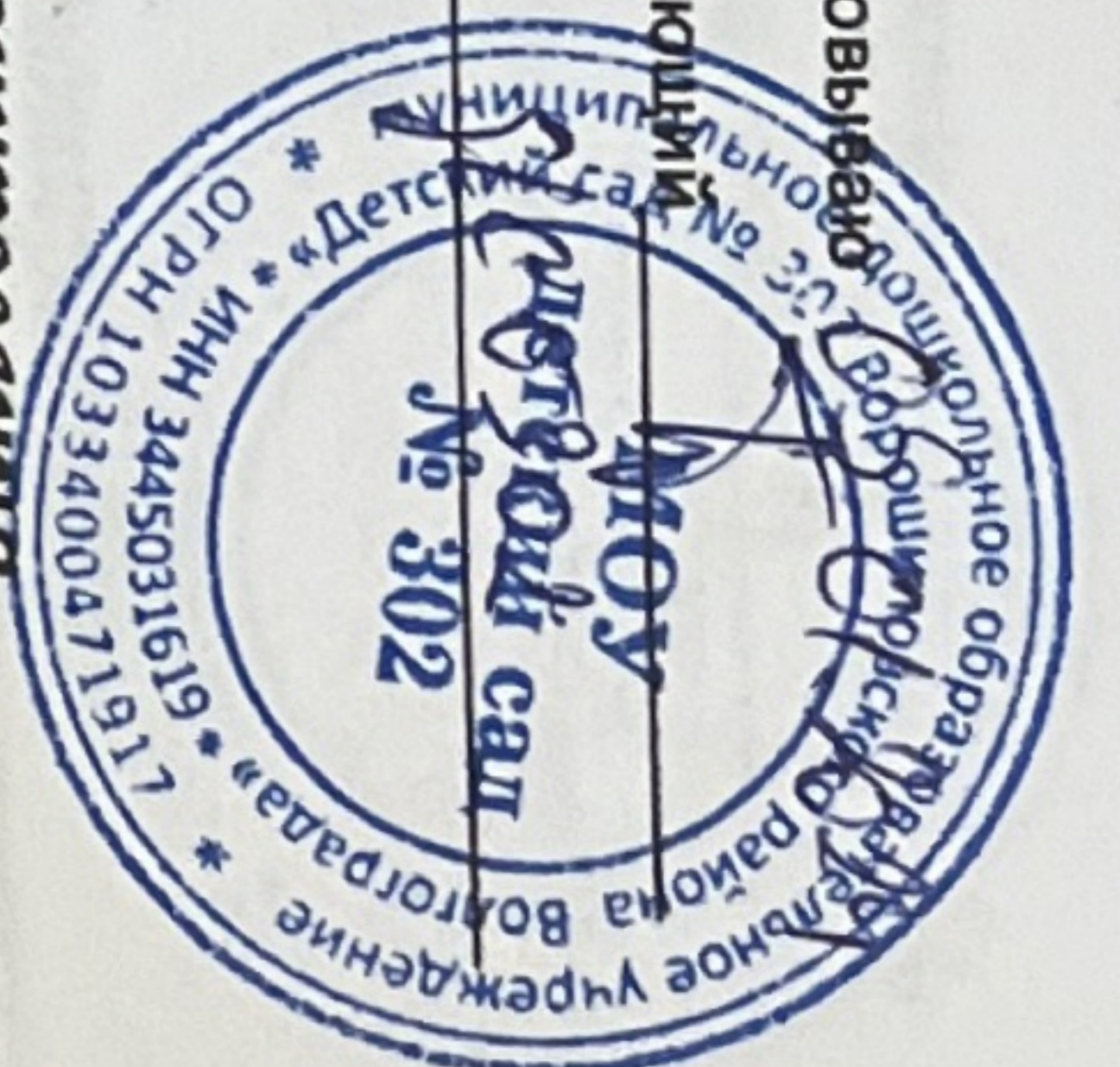
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Прием пищи Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011	
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	0,1	0	7	29	393		
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	3,8	1,5	25,7	131		7	2011
		БАТОН	1,2	1,5	0	17,7			
	Итого за завтрак	365	9,5	7,1	45,2	284,2			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед		30	0,3	0,1	1,1	7,2			
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	560	16,1	14,5	84,5	524,7		
	Итого за обед		50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
	Уплотненный полдник		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
		ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180/10	4	3	29,6	160,9	473	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	12,5	14,3	63,1	414,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	39	36,1	210,5	1298,8			
Всего за день:									

Повар \_\_\_\_\_



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 5	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	ТТК №104		
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	395	2011	
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	2	2011	
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	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
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5			
Уплотненный		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
		КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за Уплотненный полдник		410	10,7	12,6	54,4	365,9			
Всего за день:			40,5	43,4	234,7	1445,7			

Повар \_\_\_\_\_



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 2 Вариант 6	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	7		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7			
	Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		2011	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	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	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4			
		560	16,7	13	78,9	507,5			
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	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
	Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:			44,7	42,5	246,9	1526			

Повар \_\_\_\_\_



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



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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		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 СВЕЖИЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202 МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,3	0,1	1,1	7,2	ТТК №202	2011
		150/15	4,1	4	10,4	94		
		130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
		35	2,3	0,3	14,8	71,4		
Итого за обед		530	19,8	11,9	72,1	495,5		
Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	50	6,2	8,9	1,3	44,8	ТТК №73	2011
		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
		60	4,5	1,74	30,84	157,2		
Итого за Уплотненный полдник		400	16,17	16,64	60,74	396,67		
Всего за день:			47,37	38,04	182,24	1265,57		

Повар \_\_\_\_\_



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

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 8	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	397	2011
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		Итого за завтрак	365	16,5	12,7	46,3	364,9		
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 СВЕЖИЙ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	30	0,2	0	0,8	4,2	ТТК №47	
		ТТК №47	150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47	
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		Итого за обед	587	23,6	21,7	55,2	519,7		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		Итого за Уплотненный полдник	400	13,5	12,6	74,2	467,2		
Всего за день:		54,4	47,8	194,7	1443				

Повар \_\_\_\_\_





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

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



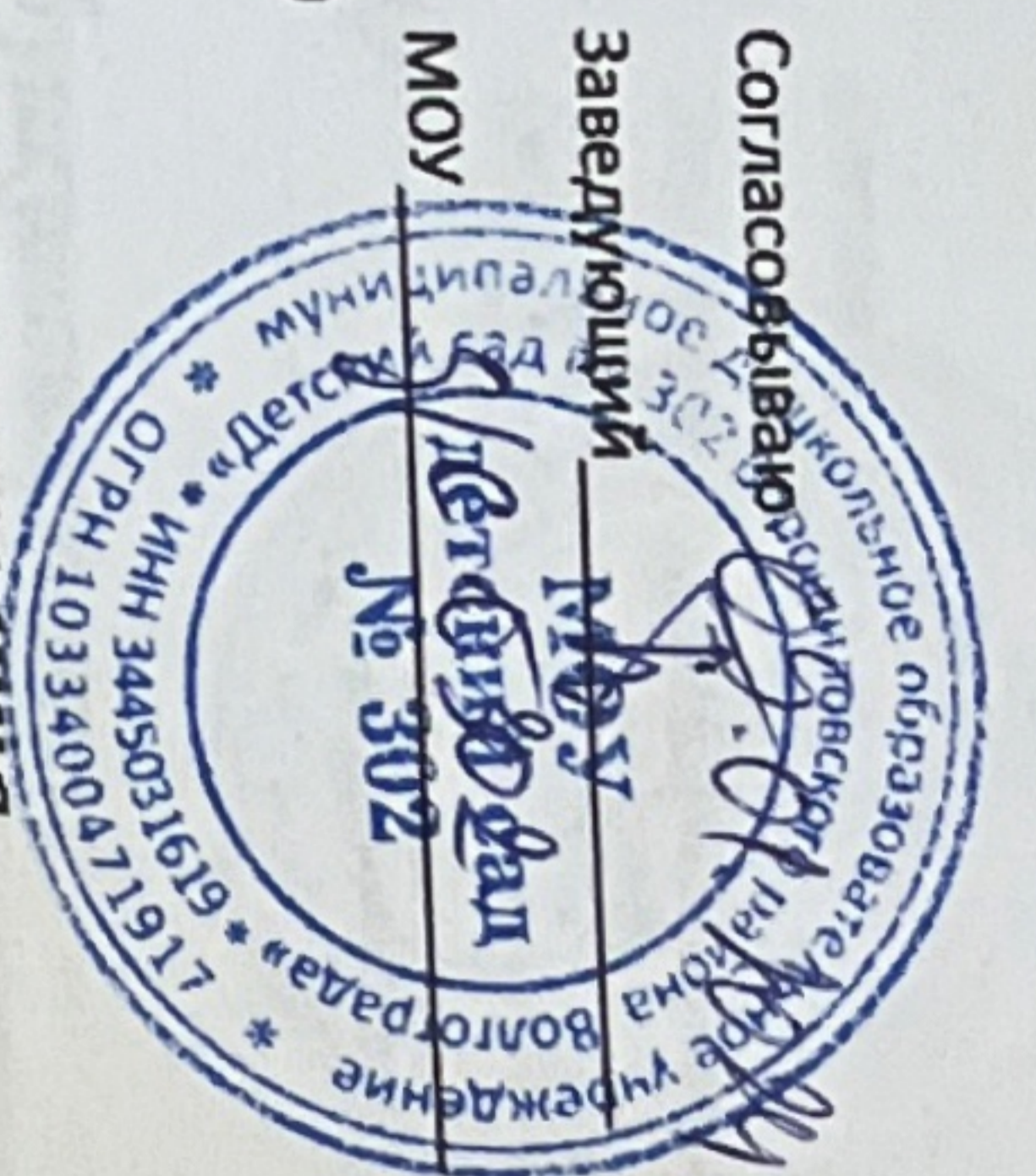
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г			
Прием пищи Неделя 2 Вариант 9	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	7	2011	
	СЫР (ГОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
Итого за завтрак		355	16,3	10,2	61,8	402,4			
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	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	2011	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
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	365,6	ТТК №151, 351	2011	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
	Итого за Уплотненный полдник		410	25,4	20,6	65,4	625,4		
Всего за день:			66,1	50,5	207,2	1630,6			

Повар \_\_\_\_\_



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Прием пищи Неделя 2 Вариант 10		30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011	
		130	8,1	8,4	6,5	180,3			
		150	2,6	2,3	11,2	76,2			394
		40	3	1,2	20,6	104,8			
	БАТОН	350	14,3	14,6	40,6	397			
Итого за завтрак							399	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед		30	0,2	0	0,8	4,2	ТТК №88	2011	
		150	2,3	1,8	12,7	75,1			
		150	14,4	13,6	14,7	241,5			
		150	0	0	11,6	46,5			376
		40	2,6	0,4	17	81,6			
		40	1,5	0,1	9,7	46			
		20	1,5	0,1	66,9	450,1			
Итого за обед		540	15,5	15,3	66,9	450,1			
Уплотненный полдник		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011	
		120	6,3	6,9	28,7	208,5			
		180/10	0,1	0	9,8	39,4			392
		392	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			

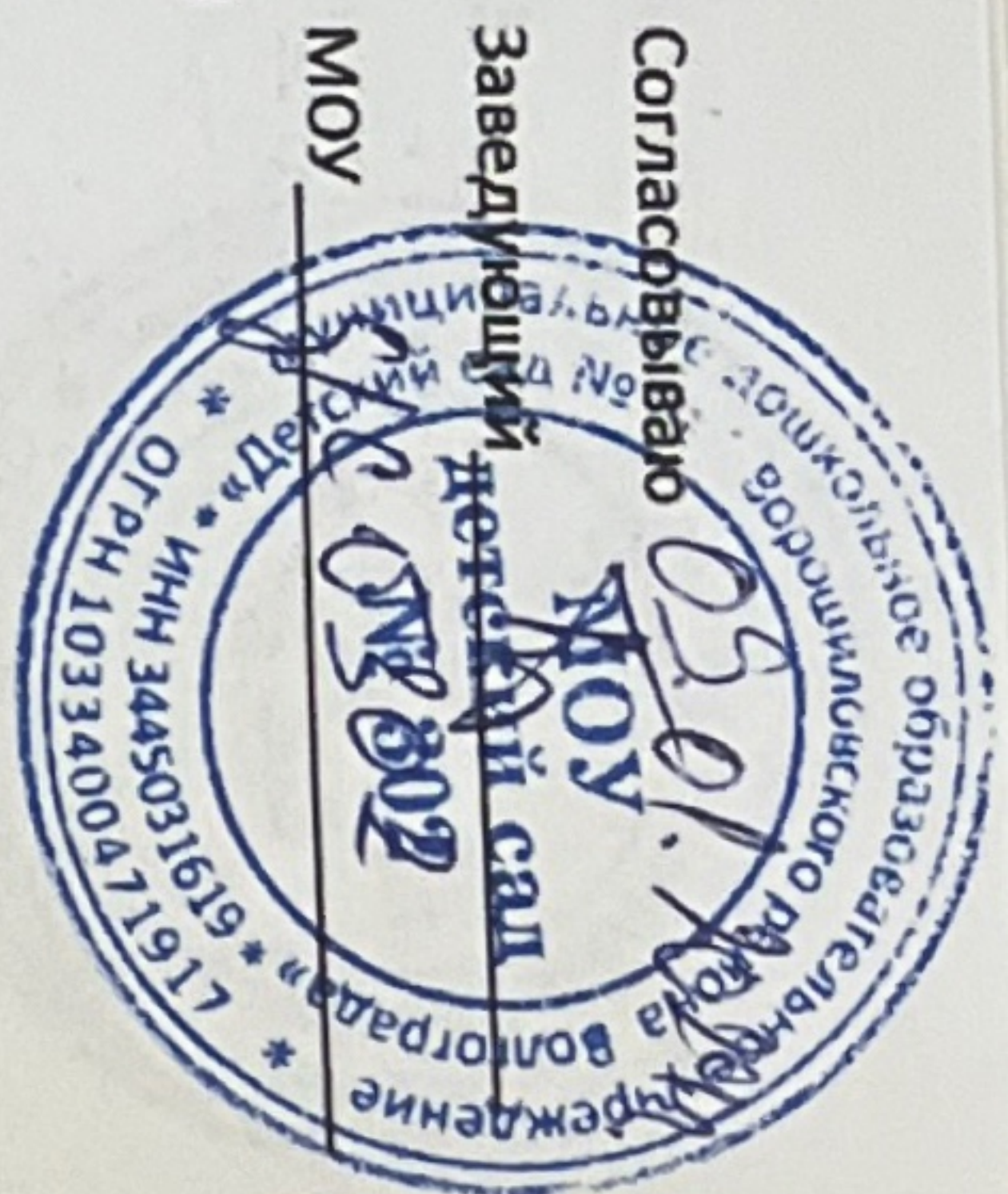
Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

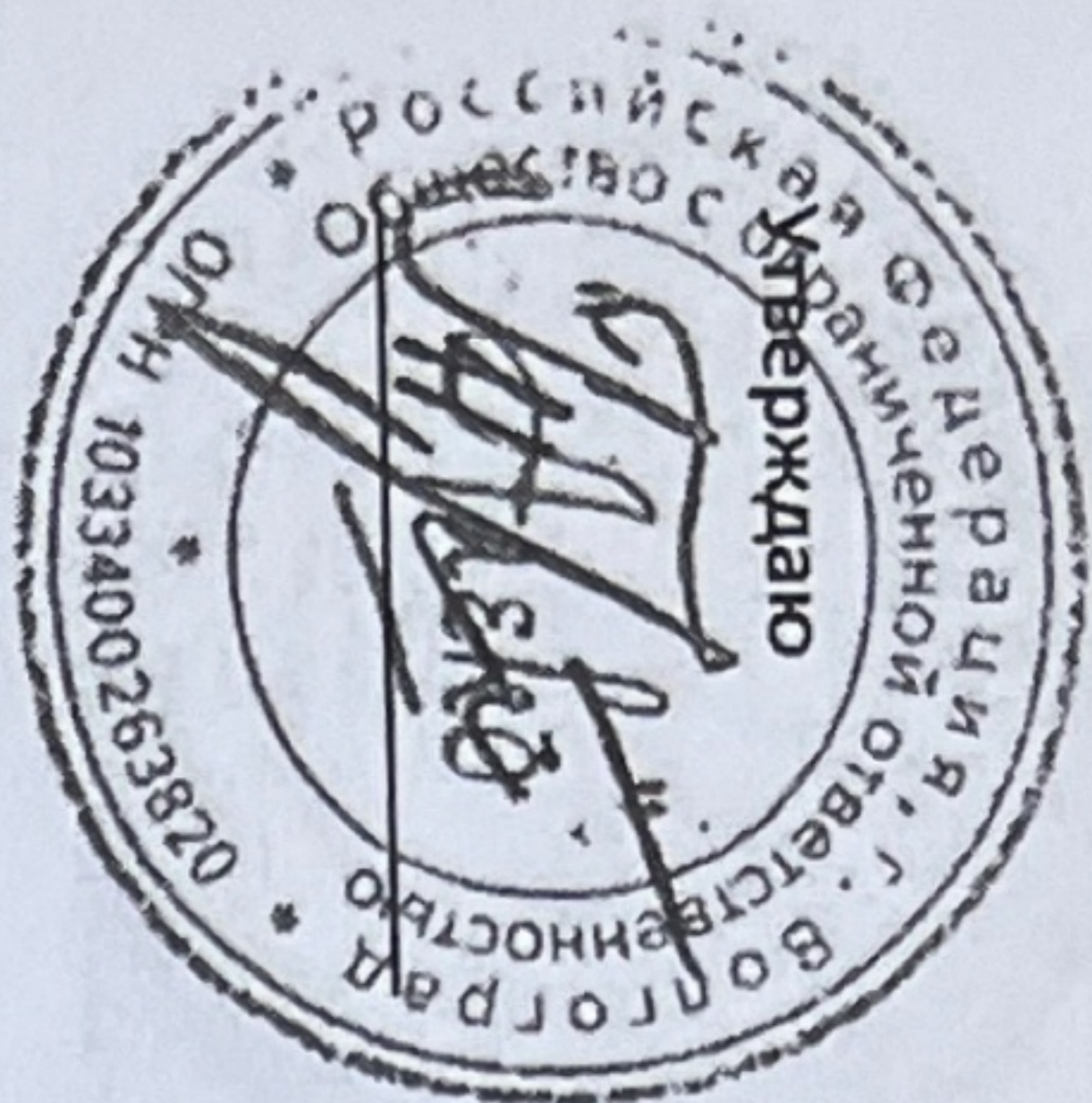
Лето-Весна

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Прием пищи Неделя 3 Вариант 11	Завтрак	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
Итого за завтрак					19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед		30	0,3	0,1	1,1	7,2	ТТК №87	
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	20,1	10,4	80,2	515,7		
Уплотненный полдник		30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
		50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
		180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	487	15	18	79,7	518,5		
Всего за День:			46,3	37,7	225,7	1433,1		

Повар \_\_\_\_\_



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	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 ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрака		110	0,7	0,5	31,9	137,0	33	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК № 47	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		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 ПШЕНИЧНЫЙ	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

Лето-Весна

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецепт-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 Вариант 13	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2	ТТК №88	2011	
	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 №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		590	15,9	14,7	78,2	496,4			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011	
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478		
Итого за Уплотненный полдник		430	14	17,4	63,3	437,5		2011	
Всего за день:			44,4	39,7	223	1396,4			

Повар \_\_\_\_\_



ГЕХЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 14	Завтрак	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	
		130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Итого за завтрак	390	11,8	12,3	39,2	360,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		30	0,3	0,1	1,1	7,2	ТТК №28	
		150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
		120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		505	12,3	13,9	55,1	405,4		
Уплотненный полдник		50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
		110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	45,0	216,0	1 487,6		

Повар \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
		45	3,4	1,3	23,1	117,9	7	
		5	1,2	1,5	0	17,7		
		350	11,3	8,7	47	313,4		
Итого за завтрак								2011
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 кабахчкова консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №44	2011
	Суп с крутой на кв ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	Плов из птицы ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	Кисель из повидла, джема, варенья №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед		500	16,2	20,7	88,5	564,8	
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	Рагу овощное (з. вариант) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
	Чай с лимоном №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Булочка осенняя №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
Итого за Уплотненный полдник		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

Лето-Весна

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	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	88,5	507,9		
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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КБ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		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
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	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**  
**Лето-Весна**

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	Неделя 4 Вариант 17	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394		
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	7		2011
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7			
		Итого за завтрак	350	9,5	11,1	58	375,3			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	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	
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	53,6	ТТК №200	2011	
		ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60		
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205		
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	545	15,4	19,3	79,4	529					
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 350	2011		
		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011	
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за Уплотненный полдник	400	24,4	18,8	55	563,1					
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1542,5				

Повар \_\_\_\_\_



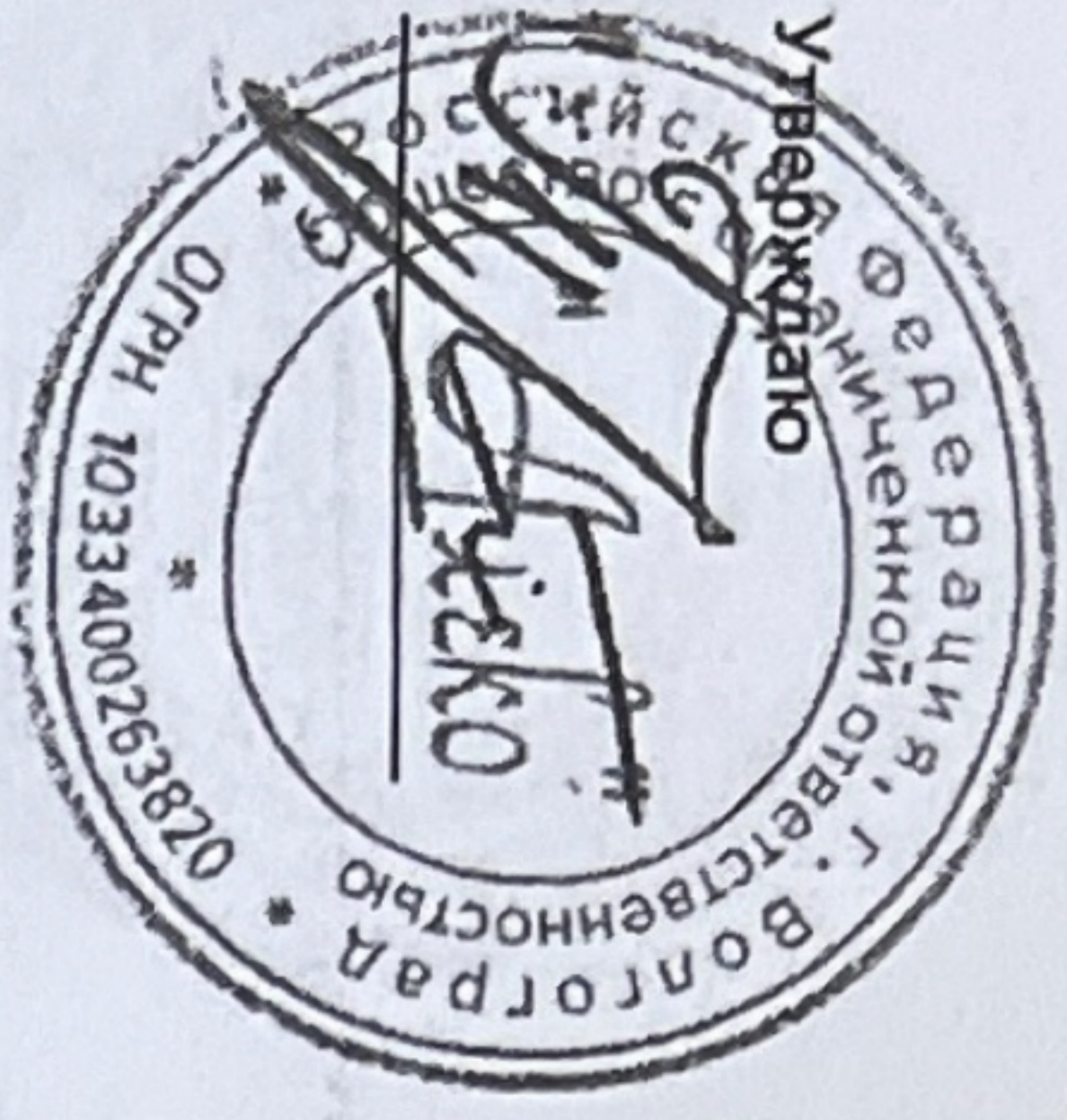
**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Лето-Весна**

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



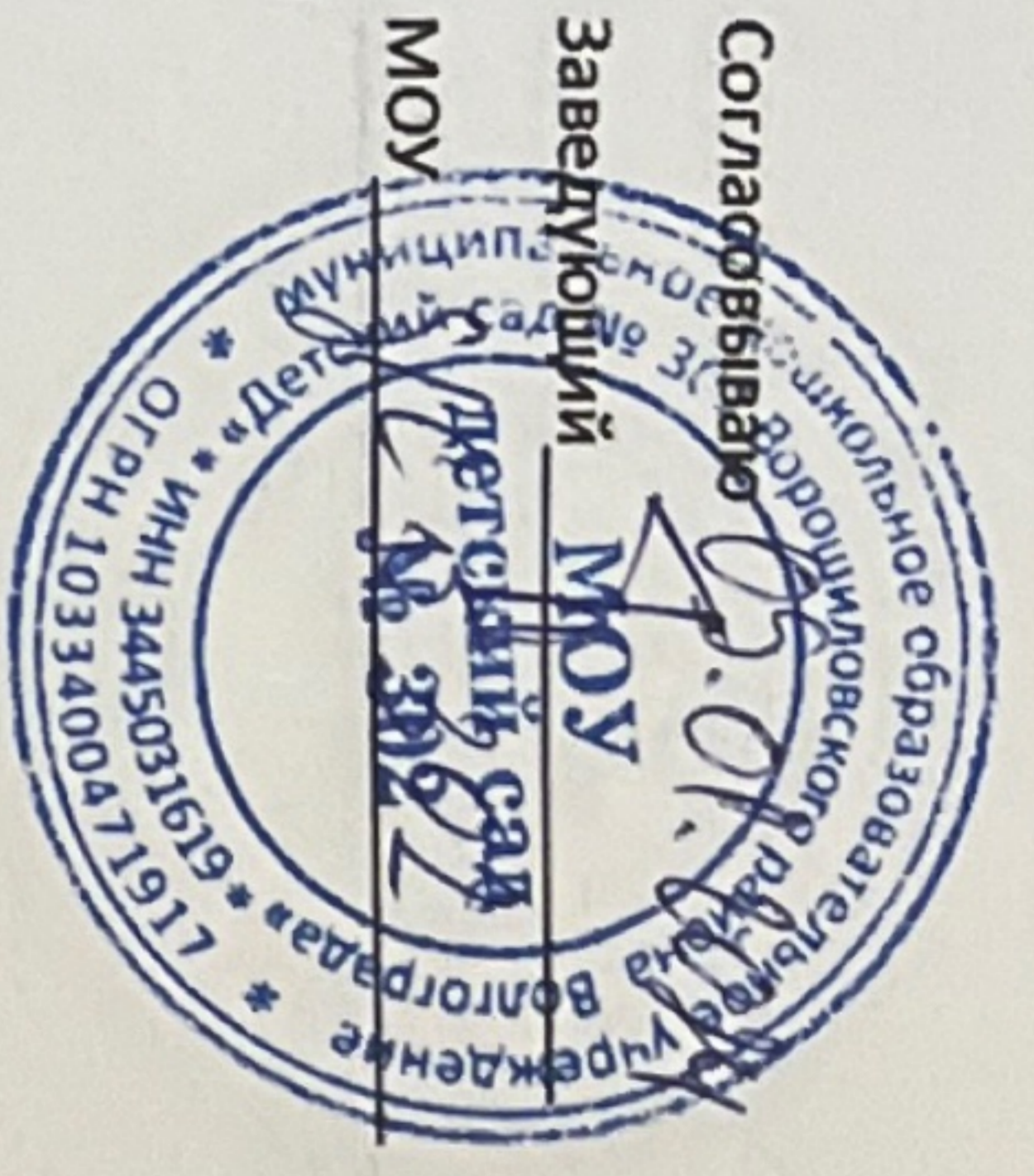
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18	Завтрак	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	Итого за 2 завтрак	380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед	500	16,3	20,5	64,3	530,3		
Уплотненный полдник		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
		110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
		180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за Уплотненный полдник	432	14,3	14,4	78,9	494,3		
Всего за день:			41,8	41,7	233,7	1 494,3		

Повар \_\_\_\_\_



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

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		375	16,4	13,4	37,5	338,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,8	4,2		
		150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
		150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		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
		180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		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**  
**Лето-Весна**

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



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепт-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
		160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7		
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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		555	15	19,1	85,9	566,36		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №59/№354 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	40	0,4	0,13	1,5	9,6		
		100/30	7,15	11,5	19,4	232,6	ТТК №59, 354	2011
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за день:		400	10,65	13,73	55,6	412,4		
Всего за день:			40,05	41,73	222,4	1443,66		

Повар \_\_\_\_\_