



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

для аммигков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю
Заведующий
А.О.У. *Спасов*
МОУ *13349*
детский сад
№ 239
г. Волгоград, Волгоградский сад № 239
ул. Ленинградская, д. 244/204/1511
О.П.И. 10234002355

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 1	ЗАВТРАК КАША РИСОВАЯ ВЯЗАЯ №392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ СЫР ПОРЦИЯМИ БАТОН НАРЕЗНОЙ	140/5	2,0	3,8	22,9	133,7	168
		150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
		20	1,5	0,6	10,0	50,0	
Итого за прием пищи:		332	5,9	7,4	39,9	248,2	
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2	368
		160	0,6	0,6	15,7	75,2	
Итого за прием пищи:		160	0,6	0,6	15,7	75,2	
ОБЕД	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №277 ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (60/60) №321 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	0,33	0,07	1	5,6	
		150	1,8	1,8	12,2	71,3	82
		120	18,2	17,8	4,3	250,5	277
		150	2,5	4,3	20,4	130,5	321
		160	0,4	0,0	21,5	88,9	376
		40	2,6	0,4	16,0	76,0	
Итого за прием пищи:		660	25,8	24,3	75,4	622,6	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№282 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №336 КАПУСТА ТУШЕНАЯ №392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	9,1	6,8	8,3	129,2	282
		150	3,3	5,3	9,8	102,0	336
		150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
		20	1,5	0,1	10,0	47,4	
		50	3,6	3,7	28,4	161,9	467
Итого за прием пищи:		441	17,6	19,8	63,5	468,6	
Всего за день:			49,9	49,2	194,5	1414,6	

Повар _____

Утверждаю



ФЕДЕРАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ФГБУН «ФИЦ питания и безопасности»

Весна-Лето

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ ДС «Солнышко»
13.03.11



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 День 1	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за завтрак	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 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАЛУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б 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 СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	Итого за обед	630	26,1	21,7	79,5	624,4			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62		
	ПОРЕ 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			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за Уплотненный полдник		500	22,2	19,7	93,8	647,4			
Всего за день:	Повар		59,0	56,0	238,7	1716,3			



ФЕДЕРАЛЬНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

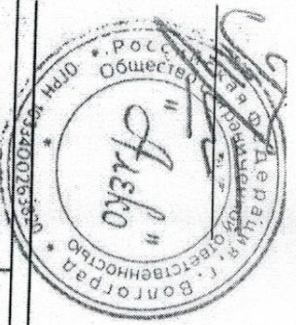
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часового режима функционирования

Согласовываю
Заведующий
МОУ *И.С. Иванова*



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 КРУПЮЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	Итого за завтрак	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	420	9,7	14,4	45,8	361,1			
Итого за 2 завтрака		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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/С ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		630	26,1	21,7	79,5	624,4			
Полдник	БЛУЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3			
Ужин	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62		
	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	
	Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за Ужин		450	18,1	15,8	64,9	480,1			
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,1	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за День:		180	64,2	60,4	274	1922,8			

Повар



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *С.С. Давыдов*
МОУ *С.С. Давыдов*
Детский сад № 379
г. Волгоград, ул. Советская, д. 151/1
ИНН 34/204/1511
ОГРН 1023400037145

Прием пищи	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 1	ЗАВТРАК КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ №392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 190/10 СЫР ПОРЦИЙМИ БАТОН НАРЕЗНОЙ	180/5	2,4	3,9	26,8	151,3	168
		190/10	0,1	0,0	9,9	39,9	392
		15	3,5	4,4	0,0	54,6	7
		20	1,5	0,6	10,0	50,0	
		420	7,5	8,9	46,7	295,8	
Итого за завтрак	РЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2	368
Итого за 2 завтрак		160	0,6	0,6	15,7	75,2	
ОБЕД	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (овуцы свежие) СУТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №277 ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (70/70) №321 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,1	
		150	1,8	1,8	12,2	71,3	82
		140	21,3	20,9	5,2	292,0	277
		170	2,8	5,0	23,1	148,5	321
		180	0,4	0,0	24,3	99,9	376
Итого за обед		50	3,3	0,5	20,1	95,0	
		750	30,1	28,3	86,4	714,8	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№282 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №336 КАПУСТА ТУШЕНАЯ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	80/5	12,8	13,0	11,7	214,0	282
		180	4,0	6,4	11,8	123,0	336
		180/10	0,1	0,0	10,0	40,2	392
		20	1,5	0,1	10,0	47,4	
		50	3,6	3,7	28,4	161,9	437
Итого за уплотненный полдник		535	22,0	23,2	71,9	586,5	
Всего за день			60,2	64,0	220,7	1 672,3	
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 КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	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 №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛС ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		520	23,5	21,6	60,1	531,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		415	47,5	44,8	133,1	1 376,3		

Повар _____