

Утверждаю:



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режиссированной функционализации



Согласовываю
Заведующий
МОУ *С.С. Сидорова*

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3	168	
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392	
	№3 ВУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5	3	
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9		
2 ЗАВТРАК	№399 СОКИ ОВОЩНЫЕ: ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9	399	
	Итого за прием пищи:	150	0,0	0,0	16,8	66,9		
ОБЕД	№10 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7	10	
	№77 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	
	№294 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1	294	
	№354 СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8	354	
	№376 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9	376	
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4		
Итого за прием пищи:	550	22,1	8,5	76,1	485,2			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№231 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	140	23,6	21,3	16,5	369,4	231	
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4	401	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0		
	№470 БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,5	7,2	27,9	190,2	470	
Итого за прием пищи:	390	33,8	33,6	61,6	705,0			
Всего за день:			64,8	53,5	137,2	1566,0		

Повар

Утверждено



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

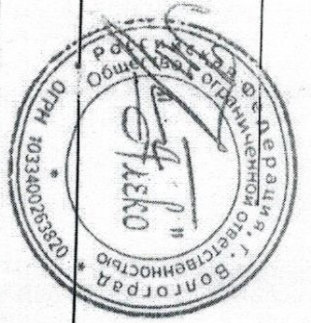
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовано
Заведующий
МОУ Детский сад № 379



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 КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011	
	Итого за завтрак	405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	420	14,4	15,2	48,6	395,2			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	60	0,7	0,1	2,3	14,4			
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	180/10	2,3	5,1	7,6	90,8	ТТК №47		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011	
	Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		660	24,9	22,4	67,7	582,0			
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	66,2	204,1	761,8			

Повар



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
 для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	170/5	5,1	4,9	24,8	162,8	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 190/10	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9	392
	Итого за завтрак	401/5/5	6,6	8,2	20,2	192,4	3
2 ЗАВТРАК	№399 СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный) 180	180	0,0	0,0	20,1	80,3	399
ОБЕД	№10 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	0,1	3,6	22,1	10
	№77 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	1,8	2,0	14,0	81,9	77
	№294 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,1	6,6	16,8	218,8	294
	№354 СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,7	22,5	354
	№376 КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,4	0,0	24,3	99,9	376
	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	680	28,0	10,5	96,7	618,2		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№231 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	25,3	22,7	17,7	393,4	231
	КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0	401
	№470 БУЛОЧКА ДОС.У.КЛЯЯ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
Итого за уплотненный полдник	50	3,5	7,2	27,9	190,2	470	
Итого за день		420	36,1	35,5	63,6	739,6	
	По рецепту		75,5	59,1	235,3	1 823,2	

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ *С.С.С.С.*



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

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

Согласовываю
Заведующий МОУ *С.В. Козлова*
№ 379

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РЕЧНЕВОЙ) ТТК №108 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	150	4,4	4,1	12,5	108,5	ТТК №108	2011	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394		
		50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		355	12	9,4	49,4	331,4			
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 СВЕЖИЕ ШИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЛС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0,1	1,1	7,2		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			
Итого за обед		510	20,43	19,5	50,42	467,7			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №151/№351 КЕФИР №401 БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	130/40	16	12	28,3	357,1	ТТК №151/351	2011	
		180	5,1	4,4	7	92,5	401		
		50	4	3	29,6	160,9	473		
Итого за уплотненный полдник		400	25,1	19,4	64,9	610,5			
Всего за день:			58,33	49,1	183,72	1500,8			

Повар _____