



**РЕЖИМЕН РАЦИОНА  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Согласовано  
Заведующий  
*А.А. Бору*  
МОУ *Детский сад №44*  
05.01.2014

Приним пищи Неделя ↑ Вариант ↑	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед	ИМРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУТ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛБ 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	
	КОМПОТ ИЗ СИЛЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,8	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	49		
	Итого за обед	520	23,5	21,6	60,1	531,9		

Повар *Бугаева Г.Г.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Согласовываю

Заведующий

М.В. Давыдов

И.И. Били

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,8	10,4	11,3	177,2	ТТК №75		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,8	59,2			
Итого за обед		510	13,1	14,5	66	455,7			

Повар Давыдов Ю.В.



РЕЖИМЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ *детский сад № 44*  
*09.01.2011*

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жир, г	Углевод, г	Витамин А, мкг	Витамин С, мг			
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 (овощная) ТТК №79	150	10,0	6,6	25,3	215,8	ТТК № 79			
	ЧАЙ С МЯКОНОМ №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		640	14,6	12,1	59,1	427,2				

Повар *Багачевская Е. Г.*



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

Согласовываю  
Заведующий  
*[Signature]* А.А. Бонин  
МОН *Решение сар 23/15*  
29.01.2014

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛБ ТТХ №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №88		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТХ №65	50/30	6,6	7,8	16,2	143,9	ТТХ №65	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАЧЕННЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	196,1	205	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	<b>Итого за обед</b>	<b>560</b>	<b>15,1</b>	<b>14,4</b>	<b>84,1</b>	<b>521,6</b>			

Повар *Бугаскина Л. Г.*



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

Согласовано  
Заведующий  
*А.И. Брзи*  
МУП «Республиканский ЦСЗ»  
03.09.2011

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Прием пищи	Надлежащий вариант	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		ПЛОД НА ПТИЦЫ ТТХ №67	130	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТХ №67/1		
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	150	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТХ №67		
		ХЛЕБ РЖАНОИ	20	0,1	0	21,1	84,8	393		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед			520	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за обед				17,9	20,5	100,4	617,5			

Повар *Варгасевич Г. Г.*



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

Согласовано  
Заведующий  
*А.И. Волы*  
МОН *всущи саф и зус*  
*вз са лоз ф*

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТХ №88	30	0,2	0	0,5	3,9			
	ГОЛЫЦА ЛЕНИВЫЕ ТТХ №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №88		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТХ №75		
	ХЛЕБ РЖАНОИ	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102			
Итого за обед		45	3,3	0,3	21,9	103,4			
		690	16,7	13	78,6	507,2			

После *Варварен К.Г.*



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

Согласовываю  
Заведующий  
*А.И. Ерма*  
МОУ Детский сад №348  
09.01.2014

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед Неделя 2 Вариант 7	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ								
		СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	30	0,3	0	0,7	4,1		
		МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
		СМЕТАННЫЙ ТТК №ФМ-354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	190	0,1	0,1	17,4	71,8		372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4			
	Итого за обед	630	19,8	11,8	71,7	492,4			

Повар *Курасовен, К.П.*



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

Согласовано  
Заведующий  
*А.А. Брм*  
МОУ *РСОШ № 1348*  
*09.02.2011*

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г				
Обед	ОУРЕЦ СОЛЕНЦЫ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МАСО СМЕТАНОЙ ТТХ №47	150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТХ №47		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТХ №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТХ №7		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Итого за обед	687	23,6	21,7	55,2	519,7			

Повар *Богачев К.В.*





ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Сотласовьяно  
Заведующий  
МОН *решит народный*  
09.01.2012  
А.И. Бонч

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Приним пищи Неделя 2 Вариант 9	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
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		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛА, ДЖЕМА, ВАРЕВЬЯ №33	150	0,1	0	21,1	84,8	383		
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,4	17	81,6		2011	
		515	13,5	19,5	62,3	527,7			

Повар *Багадариен К.И.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Согласовываю  
Заступающий  
МОНАХОВ А.А.  
09.01.2012

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Примен пищи	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБС ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9			
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №88		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0	0	11,8	46,5	378	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,6	0,4	1,7	91,6			
	Итого за обед	540	15,5	0,1	9,7	46			
			15,5	15,3	68,9	450,1			

Повар Богданов К.Г.



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

Согласовываю  
Заведующий *А.Д. Брн*  
МОН *вещи сар 1348*  
*09.01.2011*

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8			
Итого за обед		520	20,1	10,3	80,2	515,7			

Повар *Вячеслав Г. Г.*



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

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Согласовано  
Заведующий  
*А.А. Бойца*  
МУП «Белшкола» №3УЗ  
09.01.2004

Принем пищи	Надлежа 3	Вариант 12	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины			
Обед			САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,6	33	2011	
			ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КОПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47		
			КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЦЕПТАР) №166	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
			КОУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №83	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,1	0	21,1	94,8	383	2011	
			Итого за обед	520	15,2	21,8	8,5	40,8			
			Повар <i>Багачев И.Г.</i>				79,2	564,96			





ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Согласовываю  
Заведующий  
А.А. Борчу  
МОУ ЯХИНСКОЕ СПС №38  
09.01.2011

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/С ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕГКИЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	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		505	12,3	13,8	54,7	402,3		

Повар Багдасарян Л.Г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Согласовано  
Заведующий  
МОН *Рябинина*  
от 01.10.11

Приним пищи Неделя 3, Вариант 15	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУПКОЙ НА КИС ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОД ИЗ ПУТЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	38,5	291,9	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №203	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	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		

Повар *Богачкина Е.Г.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Согласовано  
Заведующий *А.А. Бору*  
МОН *Ряжский агр. №348*  
09.01.2012

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жир, г	Углевод, г			
Неделя 4 Вариант 16	ОУРЕД СОЛЕНЬИ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №167	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	
Кто-то за обед	КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ БУЛАННОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		500	12,1	16,2	41,6	344,5		

Посар *Варгасевич С.Г.*





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

Согласовано  
Заведующий  
*А.И. Бору*  
МОУ *Школа №134*  
03.01.2011

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №23	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		
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №80	60/30	6,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №80		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011	
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №283	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	Итого за обед	545	15,4	19,3	79,4	529			

Повар *Варгасян Л.Г.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании

Согла. Заведую  
 Заведующий *(Signature)* А.А. Борн  
 МОВ *(Signature)* В.В. Борн  
 В.В. Борн

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,6	33	2011
	СУП КАРТОВЕДЬНЫЙ НА КБС ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	ПЛОВ НА ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	20	1,3	0,2	6,5	40,8		
Итого за обед	КХБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		500	16,3	20,5	86,3	553,8		

Полар *(Signature)* Е.Г.



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

Зима-Осень

Согласовываю  
Заведующий  
*М.А. Двур*  
МОУ ЯСШ № 13 ЧС  
09.01.2012

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед Вариант 19	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,8	3,9			
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44		
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (овощная) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №278	150	0	0	11,8	46,5	378	2011	
	ХЛЕБ РУКАНОЙ	40	2,8	0,4	1,7	81,6			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		990	17,1	11,8	78,3	503,6			

Повар *Бугаевитт Л.С.*



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

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет (обед) при 4-часовом пребывании**

Согласовано  
Заведующий  
*[Signature]* А.А. Бочу  
МОН *Республики Саха*  
*08.01.2011*

Принем пищи Неделя 4 Вариант 20	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
	ИЖА КАВАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36,7			
	КОТЛЕТЫ, ВЫТОЧКА И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №34	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	КОМБИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	1,7	87,6			
		25	1,9	0,2	1,25	69,2			
	Итого за обед	535	19	19,1	85,9	666,36			

Повар *Бугаева И. Г.*