



Утверждаю

 Министр
 Республики Беларусь

Согласовываю

 Заведующий
 МОУ *детский сад №348*

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	На рецептуры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ БАТОН	180	6,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		305/20	2,3	27,4		156,7	2	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
того за завтрак		455	15,2	10,9	90,5	525,6		
Завтрак того за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
того за обед		600	19,4	17,7	53,8	455,6		
Плотный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАИ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,8	6,6	3,1	122,8	ТТК №74	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
того за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	187,3	467	2011
того за день:	Свар	490	21,8	14,6	80,4	548,4		
		57,2	44,0	243,7	1 620,8			

Свар *Басмисарен Л.Т.*



Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 348

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 Неделя 4 Вариант 17	КАША вязкая молочная (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
	ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	БУТЕРБРОД с СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	
		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
Завтрак за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Полдник за обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	БОРЩ со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ в соусе (говядина)	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	206	
	КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		685	21,2	24,6	93,7	695,4		
Уплотненный полдник за день	ЗАПЕКАНКА из ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 360	2011
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		
		480	39,0	30,3	80,8	772,4		
		71,0	71,3	251,1	1976,6			

Бабушкин С.Т.



Согласовываю
Заведующий
МОУ *Детский сад №348*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ СЫР (ПОРЦИЯМИ) БАТОН	180/5	7,6	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		25	1,9	0,7	12,9	85,5		
		420	12,1	9,2	51,2	337,0		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА К/Б ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ РУЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №67	
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	37,9	38,5	85,8	848,2		
Плотный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ ЧАЙ С ЛИМОННОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСУШКА	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		497	20,9	19,9	91,4	642,3		
Итого за день:			72,7	68,6	267,0	2 002,1		

Заведующий *К.Т.*



Согласовываю

Заведующий

МОУ *детский сад № 348*

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
			Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19 Завтрак	05.12.24 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85	2011
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
		40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	
		420	16,6	16,8	45,3	407,7		
Завтрак итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ЗАПЕКАНКА КАРТФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011
		180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
		150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
		40	2,6	0,4	17,0	81,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
итого за обед		670	17,7	12,2	83,0	530,2		
Плотный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ КЕФИР БАТОН БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	150/50	24,3	18,8	36,6	432,4	ТТК №156, 350	2011
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	
		50	3,8	1,5	25,7	131,0		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
итого за день:		500	37,2	30,5	98,9	835,3		
Итого за день:		72,5	59,7	246,8	1 856,6			

Свар *Багдасарян К.Т.*



Согласовываю
Заведующий
МОУ *Детский сад №348*

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 4 Вариант 20 Завтрак	<i>06.11.24</i> КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
		50	3,8	1,5	25,7	131,0		
		430	15,2	8,1	78,5	447,5		
Завтрак того за завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед того за обед	Икра кабачковая консервированная Борщ с капустой и картофелем на бульоне Котлеты, биточки, шницели рубленые Рагу овощное (3 варианта) Кисель из повидла, джема, варенья Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
		70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №51	
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
700	22,4	29,9	96,4	762,3				
Плотный полдник того за день:	Помидоры соленые Сиченики "Рябушка" с соусом сметанным с томатом Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом Хлеб пшеничный	50	0,6	0,0	1,2	6,8		2011
		120/50	17,0	25,3	22,7	392,0	ТТК №59, 365	
		180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Уплотненный полдник того за день:		450	20,0	25,5	48,8	509,2		
Итого за день:		58,4	64,3	242,7	1 810,2			

Подпись *Тарасова К.Т.*



Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 348

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (РИСОВОЙ) ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ КОМПЛОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	25,1	21,7	79,5	624,4		
Плотный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,5	11,5	11,5	197,9	ТТК №62	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	4,1	3,9	28,9	187,3	467	2011
		500	22,2	19,7	93,8	647,4		
			59,0	56,0	238,7	1716,3		

Свар Бацарева К.Т.



Согласовываю

Заведующий

МОУ *детский сад № 348*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Масса порции	Белок, г	Жиры, г				Углеводы, г
Завтрак	Неделя 1 Вариант 2	150	15,3	18,9	2,9	ТТК №72	2011	
		200	5,8	4,9	9,3	249,4		
		50	3,75	1,45	25,7	104,8		
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	368	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ КИСЕЛЬ ИЗ ЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1			
		180	2,2	2,0	12,2	45,6	33	2011
		140/30	12,8	12,3	12,0	77,2	ТТК №44	
		180	0,1	0,0	25,7	217,4	ТТК №75	
		50	3,3	0,4	21,2	102,6	363	2011
		20	1,5	0,1	9,7	102,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	46,0	590,8	
Плотный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ КАКАО С МОЛОКОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	150/60	22,0	19,0	25,3			
		200	3,9	3,3	16,7	376,7	ТТК №157, 350	2011
		40	3,1	0,2	20,1	113,2	357	2011
		20	1,5	2,0	14,9	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		470	30,6	24,5	77,0	83,4	666,0	
Итого за день:			76,6	68,3	218,8	1 835,2		

овар *Богданова С.Т.*



Согласовываю

Заведующий

МОУ *Дирекция садик № 48*

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3 Завтрак	<i>11.12.24</i> КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №13	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
		445	14,4	9,8	51,8	351,7		
Завтрак того за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	бед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	94,3	ТТК №26	
того за обед	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		647	16,4	12,5	72,1	485,9		
Плотный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 154	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	7,0	4,8	32,0	203,0	166	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
того за Уплотненный полдник		530	24,5	23,6	101,0	731,6		
того за день:			56,3	46,1	244,5	1 652,6		

Багдасарян К.Т.



Согласовываю
Заведующий
МОУ ФМКОШ № 348

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106			
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011		
		40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011		
		437	11,9	12,9	44,6	349,3				
2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368, 371	2011		
		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА М/Б ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,7	0,0	1,4	8,1				
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87			
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65			
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6				
		20	1,5	0,1	9,7	46,0				
		730	24,7	21,2	99,3	701,6				
		Плотный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	
				130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392	2011		
50	3,8			0,3	25,1	118,4				
50	4,0			3,0	29,6	160,9	473	2011		
Уплотненный лдник	его за день:	500	22,1	18,8	94,5	641,0				
		59,5	53,7	257,4	1 783,1					

Свар *Богданчик К.Т.*



Согласовываю
Заведующий

[Signature]

МОУ Детский сад №34 А. Брж

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	На рецензуры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	16.12.24 КАША ЖЕЛТАЯ (МАННАЯ) ЧАЙ С ЛИМОНОМ БАТОН СЫР (ПОРЦИЯМИ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
		30	2,3	0,9	15,4	78,6			
		10	2,3	3,0	0,0	36,4		7	2011
		417	12,1	8,1	56,8	348,0			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	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 СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
		140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376		2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 350	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		2011
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		2011
Итого за Уплотненный полдник		467	24,9	22,1	88,3	659,3			
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 710,9			

Повар *[Signature]*



Согласовываю
 Заведующий *А.А. Борн*
 МОУ *Дирекция ЦДГ №18*

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	<i>17.12.14</i> Икра кабачковая консервированная ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		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	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		190/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
		150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Плотный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БАТОН ПЕЧЕНЬЕ	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
20	1,5	2,0	14,9	83,4				
Итого за полдник		450	20,8	13,7	66,5	481,4		
Итого за день:		655	54,0	203,5	1 597,9			

овар *Багдасарян К.Т.*



Согласовываю
Заведующий
МОУ *детский сад № 48*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	18.12.14 КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	160	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011
		160	3,6	3,0	15,0	101,9	397	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		45	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
того за завтрак		425	18,4	14,1	64,6	420,5		
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	366	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,6	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
того за обед		622	23,4	24,0	53,7			
Плотный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
того за Уплотненный полдник		510	23,1	22,7	112,1	769,5		
того за день:			65,7	61,6	239,4	1 814,6		

Заведующий *Л.Т.*



Согласовываю

Заведующий

МОУ *детский сад № 248*

С. А. Борн

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	<i>19.12.24</i>	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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 СВЕКЛЫ БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ КМСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28	
		150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,8	687,6		
Плотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351	2011
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Итого за день:			83,2	61,3	233,9	1 873,5		

повар *Богданович А.Т.*



Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад № 1348

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
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	20.12.24 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	384	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУБ ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		40	2,6	0,4	87,0	81,6		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	11,8	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Итого за Уплотненный полдник		68,6	64,4	218,6	1747,4			
Всего за день:								

Повар *Полосина К.Т.*



Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад №348

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	24 12 24 КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ БАТОН	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
		45	5,5	5,0	0,3	66,6	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		
Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ РЖАНОЙ	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
50	3,3	0,4	21,2	102,0				
750	27,3	28,4	111,5	823,8				
Плотный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) КЕФИР ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	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	686,0				
Уплотненный полдник		80,9	68,0	271,8	2 053,4			

Свар *Борисович* К.Т.



Согласовываю

Заведующий

МОУ *Детский сад № 22*

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	25.10.11 КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105			
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011		
		305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011		
		415	13,3	10,2	77,1	457,7				
Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011		
		200	1,0	0,2	19,6	83,4				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) КАПУСТА ТУШЕНАЯ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5				
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88			
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65			
		130	2,9	4,9	12,5	106,9	338	2011		
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		30	2,3	0,2	15,1	71,0				
		720	21,9	20,1	89,2	636,7				
		Полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
				150	3,2	4,7	18,3	134,2	151	2011
190/10	0,1			0,0	9,8	39,4	392	2011		
30	2,3			0,2	15,1	71,0				
50	3,5			5,3	26,8	169,1	478	2011		
Уплотненный обед	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	500	20,9	16,8	73,1	536,3				
		57,1	47,3	259,0	1714,1					

Подпись *Л.Т.*



Согласовано:
Заведующий
МОУ Детские сады №348

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная Омлет натуральный Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом Батон	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		190/10	0,1	0,0	9,8	38,4	392	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Помидоры соленные Борщ с капустой и картофелем на м/б Голубцы ленивые Компот из свежих плодов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
		140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
		40	2,6	0,4	17,0	81,5		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Плотный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
Плотный полдник	Макаронные изделия отварные с маслом Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный Булочка ванильная	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0	467	2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3		
		490	23,4	21,9	101,5	718,3		
Итого за день:		61,9	62,7	217,5	1718,7			

вар *Пасмурен С.Т.*



Согласовываю
 Заведующий С.В. А.А. Берн
 МОУ детский сад №48

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,6	15,1	125,3	ТТК №106		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4		7	2011
		200	3,1	2,4	17,1	103,1		395	2011
		40	3,0	1,2	20,6	104,8			
того за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6			
Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44		
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67		
		180	0,1	0,0	25,7	102,6		383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
того за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2			
Плотный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011	
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
того за Уплотненный полдник		487	20,4	26,6	77,8	650,9			
того за день:		71,9	76,9	247,8	1 998,9				

27.12.24

Заведующий С.В. А.А. Берн



Утверждаю

Ирина Владимировна Мухоморова
 1033300000000

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ *детский сад №348*

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	На рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		305/20	2,3	27,4		156,7	2	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		455	15,2	10,9	90,5	525,6		
Завтрак того за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200 200	0,8 0,8	0,8 0,8	19,0 19,0	91,2 91,2	368	1/2011
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
600	19,4	17,7	53,8	455,6				
Плотный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
490	21,8	14,6	80,4	548,4				
того за Уплотненный полдник того за день:		57,2	44,0	243,7	1 620,8			
вар								

Басаргина Л.Г.