

Согласовано

*заведующий МОУ  
детского сада №117  
С.В. Фунякова*

Утверждаю: **ООО Алеко**  
*Ковалева А.В.*



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

*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  |                               |              |                  |
| <b>Неделя 3</b>                     |  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Вариант 11</b>                   |  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107                   | 150          | 3,5              | 3,9         | 12,3         | 100,8                         | ТТК №107     |                  |
|                                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                            | 150          | 2,3              | 1,8         | 11,4         | 71,3                          | 395          | 2011             |
|                                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7  | 5            | 1,2              | 1,5         | 0            | 17,7                          | 7            | 2011             |
|                                     | БАТОН  | 45           | 3,4              | 1,3         | 23,1         | 117,9                         |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>             |  | <b>350</b>   | <b>10,4</b>      | <b>8,5</b>  | <b>46,8</b>  | <b>307,7</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388                          | 110          | 0,7              | 0,5         | 31,9         | 137,0                         | 388          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |  | <b>110</b>   | <b>0,7</b>       | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>  | <b>137,0</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>                         | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ  | 30           | 0,3              | 0           | 0,7          | 4,1                           |              |                  |
|                                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87           | 150          | 2,1              | 2,3         | 11,7         | 75,8                          | ТТК №87      |                  |
|                                     | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64          | 150          | 14,8             | 7,6         | 31,5         | 272,7                         | ТТК №64      |                  |
|                                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                               | 150          | 0,1              | 0,1         | 17,4         | 71,8                          | 372          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ   | 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>520</b>   | <b>20,1</b>      | <b>10,3</b> | <b>80,2</b>  | <b>515,7</b>                  |              |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54              | 30           | 0,4              | 1,5         | 2,3          | 24,6                          | 54           | 2011             |
|                                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №62/№354 | 50/30        | 6,5              | 9,2         | 9,9          | 132,6                         | ТТК №62, 354 | 2011             |
|                                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                     | 110          | 2,3              | 3,3         | 15,6         | 104,9                         | 321          | 2011             |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393   | 180/10/7     | 0,2              | 0           | 10           | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46                            |              |                  |
|                                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                     | 50           | 4,1              | 3,9         | 28,9         | 167,3                         | 467          | 2011             |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |  | <b>487</b>   | <b>15</b>        | <b>18</b>   | <b>79,7</b>  | <b>518,5</b>                  |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |  |              | <b>46,2</b>      | <b>37,3</b> | <b>238,6</b> | <b>1478,9</b>                 |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.



**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 | № рецептуры  | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                     |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Неделя 3</b>                     |   |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Вариант 11</b>                   |   |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)                         | 180          | 4,3              | 4,4         | 15,0         | 131,6                         | ТТК №107     |                  |
|                                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                              | 180          | 2,8              | 2,2         | 15,4         | 92,9                          | 395          | 2011             |
|                                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                      | 35/10        | 2,8              | 7,5         | 17,7         | 157,7                         | 1            | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>             |   | <b>405</b>   | <b>9,9</b>       | <b>14,1</b> | <b>48,1</b>  | <b>368,6</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ                            | 110          | 0,7              | 0,5         | 31,9         | 137,0                         | 388          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |   | <b>110</b>   | <b>0,7</b>       | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>  | <b>137,0</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>                         | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ                                       | 50           | 0,6              | 0,0         | 1,2          | 6,8                           |              |                  |
|                                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ                | 180          | 2,4              | 2,1         | 13,9         | 85,7                          | ТТК №87      |                  |
|                                     | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)               | 150          | 14,8             | 7,6         | 31,5         | 272,7                         | ТТК №64      |                  |
|                                     | СОУС ТОМАТНЫЙ   | 30           | 0,4              | 1,4         | 2,0          | 24,5                          | 348          | 2011             |
|                                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                 | 180          | 0,1              | 0,1         | 20,9         | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ  | 50           | 3,3              | 0,4         | 21,2         | 102,0                         |              |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30           | 2,3              | 0,2         | 15,1         | 71,0                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |   | <b>670</b>   | <b>23,9</b>      | <b>11,8</b> | <b>105,8</b> | <b>648,7</b>                  |              |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)               | 50           | 1,1              | 2,4         | 5,6          | 49,9                          | 54           | 2011             |
|                                     | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 70/50        | 12,4             | 13,5        | 15,1         | 238,4                         | ТТК №62, 355 | 2011             |
|                                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                       | 150          | 3,1              | 4,6         | 21,4         | 143,9                         | 321          | 2011             |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 35           | 2,7              | 0,2         | 17,6         | 82,9                          |              |                  |
|                                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                       | 50           | 4,1              | 3,9         | 28,9         | 167,3                         | 467          | 2011             |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |   | <b>602</b>   | <b>23,6</b>      | <b>24,6</b> | <b>98,6</b>  | <b>724,1</b>                  |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |   |              | <b>58,1</b>      | <b>51,0</b> | <b>284,4</b> | <b>1 878,4</b>                |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

| Прием пищи         | Прием пищи, наименование блюда                                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры  | Сборник рецептур |
|--------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                    |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| <b>Неделя 3</b>    |  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| <b>День 11</b>     |  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (РИСОВОЙ) ТТК №107                             | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6                         | ТТК №107     |                  |
|                    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                      | 180          | 2,8              | 2,2     | 15,4        | 92,9                          | 395          | 2011             |
|                    | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1  | 35/10        | 2,8              | 7,5     | 17,7        | 157,7                         | 1            | 2011             |
| Итого за завтрак   |  | 405          | 9,9              | 14,1    | 48,1        | 368,6                         |              |                  |
| 2 Завтрак          | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388                                    | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         | 388          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак |  | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         |              |                  |
| Обед               | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ  | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87                     | 180          | 2,4              | 2,1     | 13,9        | 85,7                          | ТТК №87      |                  |
|                    | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64                    | 150          | 14,8             | 7,6     | 31,5        | 272,7                         | ТТК №64      |                  |
|                    | СОУС ТОМАТНЫЙ №348   | 30           | 0,4              | 1,4     | 2,0         | 24,5                          | 348          | 2011             |
|                    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372   | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ  | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за обед      |  | 670          | 23,9             | 11,8    | 105,8       | 648,7                         |              |                  |
| Полдник            | БУЛОЧКА 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               | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54                        | 50           | 1,1              | 2,4     | 5,6         | 49,9                          | 54           | 2011             |
|                    | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355 | 70/50        | 12,4             | 13,5    | 15,1        | 238,4                         | ТТК №62, 355 | 2011             |
|                    | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321   | 150          | 3,1              | 4,6     | 21,4        | 143,9                         | 321          | 2011             |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393   | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
| Итого за Ужин      |  | 552          | 19,5             | 20,7    | 69,7        | 556,8                         |              |                  |
| 2 ужин             | КЕФИР №401   | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| Итого за 2 ужин    |  | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| Всего за день:     |  |              | 63,3             | 55,4    | 319,8       | 2 084,9                       |              |                  |

Повар