

Согласовано



*Согласовано*  
*Александровича И.И. Давыдова А.Т.*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Эмиль-Османь

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



Уверенное ООО Далеко  
 Ковалева А.В.

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 (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	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 БЕЛКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	2011	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675		
	ХЛЕБ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
Итого за обед		630	15,5	9,7	79,5	460			
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	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	ПЮРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ №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		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
2. Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	480	16,9	16,6	64,4	487,5			
	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:		180	63,0	61,2	273,6	1 930,2			





СОГЛАСОВАНО

Утверждено: 10.09.2011  
 Директор ООО Алеко  
 Александровская А.Г.



Утверждено: 09.09.2011  
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДУВЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАЧНАЯ) ТТК №83 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕКОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН СЫРЦА ВАРЕНЬЕ №213	180	7.3	4.2	31.4	191.3	ТТК №83	2011
		190/10	0.1	0.0	9.8	39.4	392	
		20	1.5	0.6	10.3	32.4		
		64	5.5	5.0	0.3	68.6	213	
Итого за завтрак		445	14.4	9.8	51.8	351.7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕРГАМЕННЫЙ	50	0.4	0.1	0.9	6.5		2011
		180/10	1.7	5.1	9.2	95.5	ТТК №28	
		150	10.0	6.8	25.3	215.8	ТТК № 79	
		180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	393	
		20	1.5	0.1	9.7	46.0		
		40	2.6	0.4	17.0	81.6		
Итого за обед		647	16.4	12.5	72.1	487.1		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	50	3.8	4.9	37.2	208.5		2011
		200	3.0	2.5	15.6	97.3	394	
Итого за Полдник		250	6.8	7.4	52.8	305.8		
Ужин	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	1.0	1.9	6.2	47.8	324	2011
		70/30	12.0	16.4	12.7	257.0	ТТК №61, 354	
		130	7.0	4.8	32.0	208.5	166	
		180	0.1	0.1	20.9	86.0	372	
Итого за Ужин		530	4.4	23.6	101.0	731.6		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5.1	4.4	7.0	92.5	401	2011
		180	5.1	4.4	7.0	92.5		
Итого за 2 ужин		180	68.2	57.9	304.3	2 052.1		
Итого за 24 день:								



Согласовано

*Александровский*  
*Александровский*  
*Александровский*

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Зима-Осень

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



Утверждено 0000  
 Ковалева А.В.

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 (Гречневый) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
	Чай с лимоном №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	Бутерброд с сыром №3	405/115	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
	Фрукты свежие (Апельсин, Мандарин) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011	
Итого за завтрак		637	12,7	13,7	63,6	440,5			
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	Помидоры соленные	60	0,7	0,0	1,4	8,1			
	Суп картофельный с бобовыми (Горох) на мясо-костном бульоне ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
	Тефтели с соусом (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	Компот из сушеных фруктов №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011	
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	Итого за обед		730	24,7	21,2	99,3	701,6		
	Полдник	Булочка вешушка №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		Кисель из повидла, джема, варенья №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Итого за полдник		250	4,1	3,0	58,0	274,9			
Ужин	Котлета рубленая из штилы 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 лимоном №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
Итого за ужин		442	17,8	16,8	63,1	481,9			
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:		180	65,4	59,3	310,5	2074,8			

Повар

СОГЛАСОВАНО

*Утвержденный 10-й версии с.р.в.318*  
*Масл. диетическая №317*



ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено ООО Алеско



Ковалева А.В.

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2. Завтрак	СОК ПЕЛОЧНЫЙ №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 КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397	2011
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1		
Ужин	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	89,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,3	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	128	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Ужин		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
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:		180	80,6	76,0	323,1	2 340,0		

Повар





СОГЛАСОВАНО

Исполнитель: Ильинская Ирина Викторовна  
 № 317



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 2 День 7	ИГРА КАКАЮВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,6		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	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-АБРИКОСОВЫЙ №399	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	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№48	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
ПОЛДНИК	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Итого за Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	250	4,5	5,2	57,3	308,6		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	БАТОН	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Ужин		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
2 УЖИН	КЕФИР №401	460	20,9	14,9	60,7	468,6		
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар			75,3	64,8	262,0	1 984,2		



СОГЛАСОВАНО

*Александр Александрович*  
*Игорь Васильевич*  
*Юлия Александровна*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждает: ООО Алго  
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	ЯИЦА ВАРЕННЫЕ №213	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	425	18,4	14,1	54,6	420,5		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ ТТК №65	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №65	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	622	23,4	24,0	53,7	533,4		
Итого за Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	250	4,1	3,0	39,4	200,3		
	НАПИТОК ИЗ ПИЦЦОВ ШИЛОВНИКА №398	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
Итого за Ужин		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
2 Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	КЕФИР №401	480	19,6	17,4	85,3	600,4		
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар		180	71,4	63,7	259,0	1 938,3		



СОГЛАСОВАНО



*Согласовано*  
*Мисс Анна Мария Алексеевна*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105 МОЛОКО КИРСКОЕ №400 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	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			
		400	17,9	12,5	59,4	422,7				
Итого за завтрак										
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 СВЕКЛЫ №33 БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011		
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28			
		150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68			
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383			
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		20	1,5	0,1	9,7	46,0				
		640	28,9	19,9	85,8	668,2				
		Итого за обед								
		Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
				190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
250	4,2			3,9	38,7	206,7				
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	2011		
		200	0,7	0,3	20,1	98,1	398			
		40	3,1	0,2	20,1	94,7				
		450	31,7	20,8	72,7	631,0				
Итого за ужин										
2 Ужин	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Итого за день:		180	86,8	61,7	284,2	2 104,5				

Повар

Согласовано

*Смирнова И.В.*  
*Акулиничева О.Т.*

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Зима-Осень  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждено: 000 Алго  
 Ковалева А.В.

Прем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	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
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	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	17,0	81,6		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		200	3,1	2,4	17,0	103,1	385	2011
Итого за Полдник	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЦЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	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	382	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	450	22,1	21,0	72,8	579,3		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за день:		180	80,6	76,1	279,8	2151,5		

Повар



СОГЛАСОВАНО

*Медсестра сестры Валентины Сергеевны  
Алиса Викторовна Самарина 0.5*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Адеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	КОФЕИНЫЙ 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	386,6		
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	30	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	
	МАКАРОНИКИ С МАСЛОМ 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		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		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 №393	200	0,1	0,0	28,4	114,0	393	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРОЖЕНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№395	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 395	2011
	ПЮРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №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:		180	63,3	55,4	319,8	2 084,9		

Ловаар

СОГЛАСОВАНО



*Александровский МБОУ Детский сад №38*  
*Александр Александрович Д.Г.*

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алеко  
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Оборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83			
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011		
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011		
		Итого за завтрак	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	425	19,3	14,2	50,3	406,6				
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011		
		60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011		
		200/10	1,7	5,5	7,5	93,5	ТТК №47			
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ПРУЖЕННЫЕ ТТК №61	80	13,3	13,4	12,6	226,5	ТТК №61		
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		Итого за обед	750	27,3	28,4	111,5	825,0			
		Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
				190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	250	3,9	4,9	47,0	247,9				
		150/60	24,4	18,2	41,4	437,3	ТТК №156, 477			
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011		
		45	3,3	0,3	21,9	103,4				
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	452	27,9	18,5	73,3	582,4				
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
Итого за 2 ужин	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Итого за день:		180	84,3	71,2	308,1	2 245,6				

Повар \_\_\_\_\_





Согласовано

*Врачом-диетологом*  
*Мед. Детский центр №34*  
*Маслов Александрович О.Т.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый №399	420	17,9	24,0	26,9	400,7			
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	Помидоры соленые	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Итого за обед	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	Голубцы ленивые ТТК №75	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
	Компот из свежих плодов №372	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75		
	Хлеб пшеничный	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Полдник	Булочка ванильная №467	680	20,0	17,4	71,0	533,3			
Итого за полдник	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Ужин	Икра свекольная или морковная (морковная) №54	250	4,2	3,9	38,7	206,7			
Итого за ужин	Фрикадельки в соусе (овсяная) ТТК №60	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011	
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		
	Напиток из плодов шиповника №398	130	4,9	4,4	31,1	186,4	205	2011	
	Хлеб пшеничный	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за 2 ужин		490	20,4	20,4	78,2	600,9			
Всего за день:	Кефир №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар		68,6	70,3	241,4	1 917,5				



СОГЛАСОВАНО

*рецептурный лист составлен по № 317*  
*Масл. Астафаселова А.Р.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прержидно: ООО Алго

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ПРЕЧНЕВОЙ) ТТК №108	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №108	
	СЫР (ТОПИРЯМЫ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	389,6		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0	
ПОЛДНИК	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Итого за Полдник	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Ужин	КОТЛЕТЫ, ВЫТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	250	7,0	5,5	45,2	258,2		
Итого за Ужин	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
Итого за Ужин		35	2,7	17,6	82,9			
2 УЖИН	КЕФИР №401	452	17,3	21,3	53,5	493,7		
Итого за 2 Ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар			80,9	81,5	275,7	2 192,4		





Согласовано

*Иванов Иван Иванович*  
 Директор ООО «Алко»



ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Зима-Осень  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждено: 000 Алко  
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
	ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БУТЕРБРОД с СЫРОМ №3	305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ №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 БЕЛОКОУЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	БОРЩ на МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ отварные с МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КИСЕЛЬ из ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКАВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,6		
	ЧАЙ с САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,6	39,4	392	2011
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	247,9		
Ужин	ЗАПЕКАНКА из ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	ЧАЙ с ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за Ужин		452	31,7	22,6	63,2	599,3		
2 Ужин	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,6	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,6		
Итого за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,6		
Повар			72,7	72,9	287,5	2 145,1		

СОГЛАСОВАНО



*Исполнитель: Ив. Васильев*  
*Врач: Ковалева А.В.*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алго  
 Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Оборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	СЫР (ПОРФИРИИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
Итого за завтрак		400	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	28,9	31,2	24,8	493,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		620	38,0	39,1	86,6	857,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
		250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №33	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		447	16,9	16,9	61,8	481,4		
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:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар		180	78,0	73,6	303,2	2 217,6		



Согласовано

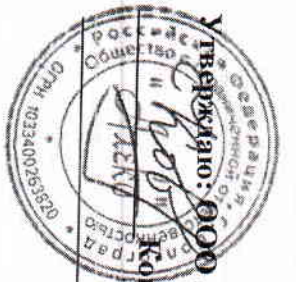
*Александрович* 1009 Выход сур в 317  
*Александр Александрович* Д.Т.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: 0000 Алеко  
*А.В. Ковалева*  
 Ковалева А.В.

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 День 19	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85		
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011	
	ВТЕРЬВОД С СЫРОМ №3	405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
Итого за завтрак		420	16,6	16,8	45,3	407,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	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	СУП С КРУПНОЙ НА МЯСНО-КОСТОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) С СОУСОМ	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44		
	МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011	
	КОМЛОТ ИЗ СЫРНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	Итого за обед		670	17,7	12,2	83,0	530,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0,1	0,0	28,4	114,0	393	2011	
Итого за полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3			
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 477		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0			
Итого за ужин		450	28,2	20,3	74,1	602,8			
2 Ужин	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар			72,8	57,8	286,3	1 997,9			

Согласовано

*Медсестра*  
*Мед. сестра*  
*№ 317*

ЕЖЕДУВЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждает: **Алегко**  
 Ковалева А.В.

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 День 20	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0			
Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5			
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	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИМ РУБЕНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
	РАДУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	25,7	102,6	393	2011	
	ХЛЕБ ПЕКИВАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед		700	22,4	29,9	96,4	792,3		
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ЛИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8			
Ужин	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за ужин		470	15,2	14,0	49,6	407,5			
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:		180	65,5	64,6	303,3	2 106,9			

Повар