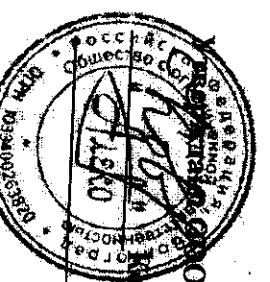


№ 287
 Валеева А.В.



Алеко
 Валеева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Неделя 1 День 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	2011		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОЧНЫМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394			
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1			
	Итого за завтрак	420	9,7	14,4	45,8	381,1				
2 Завтрак	БОК ЯЕЛЮЧЬИЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	63,4	399	2011		
Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	63,4					
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011		
	СУП С МАКАРОНИКАМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОЙ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	80,2	ТТК №88			
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №875	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №875			
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0				
	Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	46,0				
	Полдник	БУДОНКА ВАНИЛЬНАЯ №47	50	25,1	21,7	79,5	621,4			2011
	Итого за полдник	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467			
	Ужин	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЫЦЫ №333	200	0,1	0,0	28,4	114,0		393	2011
		Итого за ужин	280	4,2	3,9	57,3	281,3			
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (ГОСИМА) ТТК №65		70/30	10,9	12,4	11,0	205,3	ТТК №65			
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЦА, ДЖЕМОМ, МЕРЛОМ ПОВИДЛОМ №392		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392			
Итого за ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4				
2 Ужин		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	480	16,9	16,8	84,4	487,5		2011	
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	82,5	401			
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	82,5	401	2011		
Повар		Всего за день:	180	5,1	4,4	7,0	82,5		401	
		63,0	61,2	273,5	1930,2					

Согласовано
 Руководитель
 [Подпись]
 [Подпись]

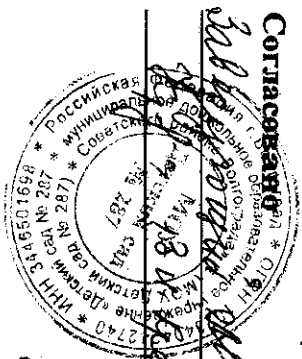
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

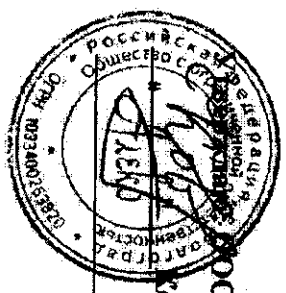
Государственное учреждение
 "Детский сад № 1000 Алёко"
 [Подпись]
 [Подпись]
 [Подпись]

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1 День 2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №22	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №22	
	МОЛОКО КОПЧЕНОЕ №101	200	5,6	4,8	9,3	104,8	400	2011
	БАТОН	50	3,76	1,45	26,7	131		
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП С КРУТЮМ НА МЯСО-КОСТОМ БУЛЬОНЕ ТТК №4	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №4	
	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140,90	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЦА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	0,0	25,7		2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	64,9	590,9		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
Итого за Полдник	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190,10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		250	3,9	4,9	47,0	247,9		
Ужин								
	ПОВИДЦА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №157, 477	150,80	22,0	19,0	25,3	379,7	ТТК №157, 477	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	450	29,0	22,5	62,1	584,6		
2 ужин								
Итого за 2 ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			84,1	76,6	257,9	2 092,2		

Любовь



РЕЖИМ ПИТАНИЯ
ЖЕЛДУБЕВНОЕ 20-ти ДУБЕВНОЕ ЖЕЛВО
Зима-Осень



ООО Алгоко
 Ковалева А.В.

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

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал						
Завтрак День 3	Каша жидкая манная ТТК №8	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011				
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №82	180/10	0,1	0,0	0,8	39,4	392					
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	52,4					
	Яйца вареные №215	64	5,5	5,0	0,3	98,6	213					
	Итого за завтрак	445	14,4	9,8	51,8	381,7						
	2. Завтрак Итого за 2 завтрака	Сок яблочный-астигосовый №89	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	Огулец соленый	50	0,4	0,1	0,9		6,5			2011
			Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2		95,5		ТТК №28	
			Запеканка картофельная с сыром или печенью (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3		215,8		ТТК № 79	
Чай с лимонном №93			180/10/7	0,2	0,0	19,0	41,7	399				
Хлеб пшеничный			20	1,5	0,1	9,7	48,0					
Хлеб пшеничный			40	2,8	0,4	17,0	81,8					
Итого за обед			642	16,4	12,5	72,1	487,1					
Полдник			Печенье	50	9,8	4,9	37,2	208,5			2011	
	Чай с молоком или сливок или №94		200	3,0	2,5	15,6	57,3	394				
	Итого за полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8					
	Ужин	Горел из мажорки или свеклы (свежая) №24	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011			
		Котлеты, биточки, шницели рубленные с соусом сметанным ТТК №81/№84	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №81, 354				
		Каша рассыпчатая с овощами (печеная) №106	130	7,0	4,8	32,0	208,5	168				
		Компот из свежих плодов №22	180	0,1	0,1	28,9	88,0	372				
		Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,9	2011				
		Итого за ужин	530	24,5	23,6	161,6	731,6					
		2. Ужин Итого за 2 ужины	Кефир №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5		401		2011
Итого за 2 ужины			180	5,1	4,4	7,0	92,5					
Всего за день:			68,2	57,9	304,3	2 052,1						

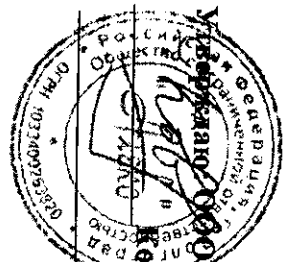
СОГЛАСОВАНО

Заведующий отдел №2
Мед. В.И. Кравченко

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Алеко
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					
Неделя 1 День 4	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧЕВОЙ), ТТК №106 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №89 БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №271	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011		
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011		
		40/5/15	8,4	8,1	19,5	182,3	3	2011		
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011		
		637	12,7	13,7	63,6	440,5				
2 Завтрак	СОК ПЕЛЮЧНЫЙ №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 СОПЕНЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ТВОРОГ С СОУСОМ (соевый) ТТК №85 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ ХЛЕБ ПИЩЕВИЧНЫЙ	80	0,7	0,0	1,4	8,1				
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43			
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011		
		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	48,0				
		730	24,7	21,2	99,3	701,6				
		Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИА, ДЖЕМА, ВАРИЛЬЯ №383	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
				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 РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82 ГРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №893 БАТОН	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82	2011		
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011		
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011		
		45	3,4	1,3	23,1	117,9				
		442	17,9	16,9	63,1	481,9				
Итого за Ужин		442	17,9	16,9	63,1	481,9				
2 Ужин	КЕФИР №401	190	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
Итого за 2 ужина		190	5,1	4,4	7,0	92,5				
Всего за день:			65,4	59,3	310,6	2 074,8				

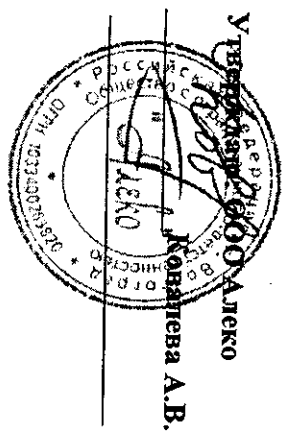
Согласовано

Заведующий МКД № 107
 09/09 В.И. Рубцов

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Премия пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 1 День 5	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011	
	КОФЕЛИНКА НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/520	2,3	27,4	27,4	156,7	2	2011	
	Итого за завтрак	435	13,2	11,6	73,5	457,4			
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 БЕЛОКОЧУЧНОЙ 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	2011	
	ПИЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	26,9	31,2	24,8	489,1	ТТК №67	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	180	0,1	0,0	25,7	102,8	363	2011	
	ХЛЕБ ПЕКАРИВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0			
	Итого за обед	530	36,9	36,2	99,8	879,0			
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5			
	КАВАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	18,5	112,6	397	2011	
Итого за полдник		250	7,7	8,2	55,7	321,1			
Ужин	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	89,5	ТТК №77	2011	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИГОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	135,8	125	2011	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	398	2011	
	НАПИТОК ИЗ ПИДЛОВ ШИЛОВИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3			
	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:			80,6	76,0	323,1	2 340,0			

Повар

Согласовано

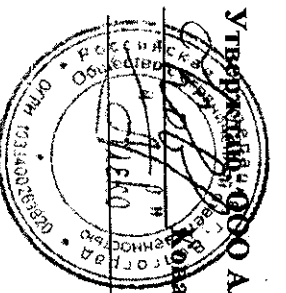
Заведующий дискусей 887

Жукова В.И. Кривенцева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



УТВЕРЖАЮЩИЙ
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					
Неделя 2 День 6	ЗАВТРАК КАША ЖАЙДАКОВА (МАННА) ТТК №83 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №893 БАТОН СЫР (ГОРЧИЦЫЙ) №7	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	55,8	348,0				
Итого за завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЕСЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011		
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 ГОЛУБЦЫ ДЕНЬВЕ ТТК №75 КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЯРЫ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5				
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88			
		140/60	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	2011		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376			
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		50	3,8	0,3	25,1	118,4				
		720	23,4	16,0	90,6	612,4				
		Итого за обед	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	26,9	167,3	467	2011
		Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		Итого за полдник		250	4,2	3,9	36,7	206,7		
Ужин	ЗАПЕКАЖКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №893 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150/80	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477			
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011		
		45	3,3	0,3	21,8	103,4				
		452	22,8	19,0	72,3	566,7				
		Итого за ужин								
Итого за 2 ужина	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401	2011		
	Итого за 2 ужина	180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Итого за день:		180	68,4	52,2	284,4	1 909,5				

Повар

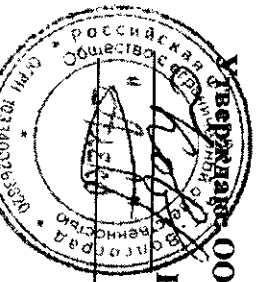
Согласовано

Заведующий мед. др. 887
 Здр. А.И. Ковалева

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



ООО Алеко

Ковалева А.В.

Прим. пищи	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 2 День 8	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104		
	КАККО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011	
Итого за завтрак		425	18,4	14,1	54,6	420,5			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,6	0,8	19,0	91,2	398	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,6	0,8	19,0	91,2			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	180,5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	533,4			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	180,9	473	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/110	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за полдник		250	4,1	3,0	39,4	200,3			
Ужин	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говардич) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,8	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	НАПИТОК ИЗ ФЛОРОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4			
	Итого за ужин		460	19,6	17,4	65,3	600,4		
2 Ужин	КЕФИР №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			
Итого за день:			73,4	63,7	259,0	1 938,3			

Повар

Согласовано

*Заведующий ШСШ №187
И.И. Ковалева*

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Исполнитель: А.В. Ковалева

Применяется Неделя 2 День 9	Применяется Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	БЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	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 №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	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		640	26,9	19,9	85,8	668,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №47	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
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	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	86,1	398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	Итого за Ужин		450	31,7	20,8	72,7	631,0	
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		
Всего за день:			88,8	61,7	284,2	2 104,5		

Повар

Согласовано

Зав.участком ДМР №2-887

Ирина В.И. Ковалева

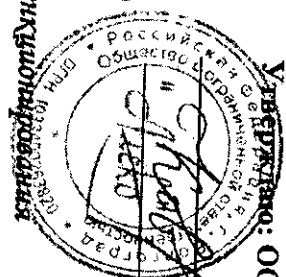
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.



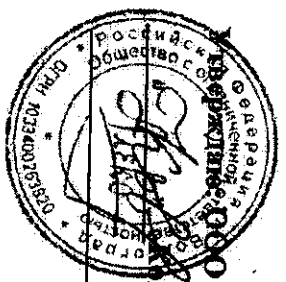
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯН (ГРИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107		
	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	17,7	7,5	17,7	157,7	1	2011	
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	382,2			
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №398	110	0,7	0,5	31,9	137,0	398	2011	
Итого за 2 завтрака		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	13,8	85,7	ТТК №87		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	СОУС ТОМАТНЫЙ №248	30	0,4	1,4	2,0	24,5	248	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,2	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед		670	23,9	11,6	105,5	648,7		
	Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №497	50	4,1	3,9	28,9	167,3	497	2011
		КУСЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИЦА, 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	КАРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №64	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011	
	КОЛБЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СЫТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355	70/90	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9			
Итого за ужин		592	19,5	28,7	89,7	556,8			
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Итого за день:		180	63,3	55,4	319,8	2084,9			

Повар



Сотласово
 Соборная школа
 Директор
 Е.В. Валеева

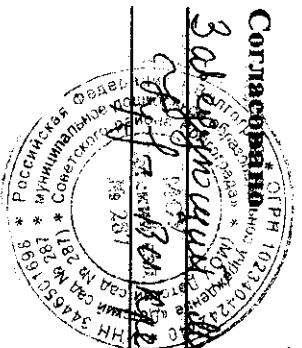
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



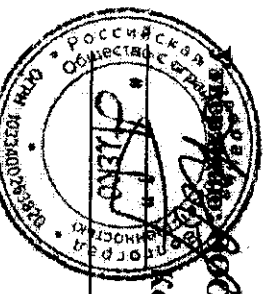
Алеко
 Валеева А.В.

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЖИРНАЯ (МАННА) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83			
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	219	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	60,3	406,6				
Итого за завтрак										
2 Завтрак	ОБЪЕКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	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	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №33	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011		
		200/10	1,7	5,5	7,5	93,5	ТТК №47			
		80	13,3	13,4	12,8	226,5	ТТК №61	2011		
		150	8,1	5,8	36,9	234,4	188	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	117,5	825,6				
		Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
				190/10	0,1	0,0	9,8	38,4	382	2011
		Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	247,0		
Ужин	ПЮДИНГ ИЗ ТВОРОГА (САЛЧЕНЬЯМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №158, №477	150/80	24,4	18,2	41,4	437,3	ТТК №158, 477			
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011		
		45	3,3	0,3	21,9	103,8				
		452	27,9	18,5	73,3	882,4				
		Итого за Ужин								
Итого за 2 ужина	ЧЕРНИК №101	180	5,1	4,4	7,9	92,5	401	2011		
		180	5,1	4,4	7,9	92,5				
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,9	92,5				
Итого за день			94,3	71,2	388,1	2 245,6				

Повар



Согласовано
 30.08.2011
 [Signature]
 [Signature]



Александров Александр Александрович
 Ковалева А.В.

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

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак День 14	ИМРА КВАШУКОВАЯ КОМБИНИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТРК №72		
	ОМЛЕТ ТАТУРАЛЬНЫЙ ТРК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТРК №72		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУХОВОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №82	190/10	0,1	0,0	8,8	59,4	392	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
	Итого за завтрак	420	17,9	24,0	25,9	400,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №99	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	ПОМАДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТРК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТРК №28		
	ГОРДЫЦЫ ДЖЕЛЛЕ ТРК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТРК №75		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	29,9	88,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	40	2,9	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0			
	Итого за обед	670	20,0	17,4	71,0	535,3			
	Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №67	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУХОВОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №92	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	Итого за полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ МИЛ МОРКОВНАЯ (МОРКОВИЧАР) №4	50	1,1	2,4	5,6	48,9	54	2011	
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (овощная) ТРК №90	70/90	11,5	13,1	9,3	203,3	ТРК №90		
	МАКРОНЫ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	НАГРТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИГОВИКА №98	180	0,6	0,3	18,1	89,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за ужин	480	20,4	20,4	78,2	600,9			
	2 УЖИН	КЕФИР №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	59,6	70,3	241,4	1 917,5		

Повар

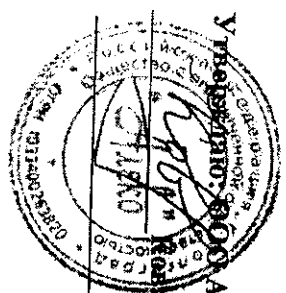
СОГЛАСОВАНО

*Заведующий отделом №187
Сыртбаева А.В.*

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



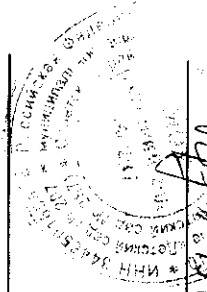
УТВЕРЖДЕНО: 30.08.2010
Сыртбаева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Завтрак Неделя 4 День 16	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
	ЕУТЕРРОЛ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/9/20	2,3	3,7	27,4	136,7	2	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
Итого за завтрак		435	15,2	10,9	90,5	525,6			
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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКОТОВАЛЬНЫЙ	40	2,5	0,4	17,0	81,6			
	Итого за обед		600	19,4	17,7	53,8	455,6		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	187,3	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	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
	КОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №371	150	3,1	4,6	21,4	143,9	371	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,6	39,4		2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	84,7		2011	
Итого за Ужин		460	18,1	11,4	54,4	400,6			
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:			62,8	49,1	282,0	1 846,8			

Повар

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделом №287
 Н.В. Грелеева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

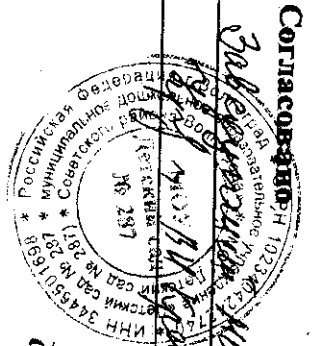
Зима-Осень

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

Удобритель
 Ковалева А.В.



Примен пищи	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 4 День 17	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	198,2	ТТК №102	2011	
	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 Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	БОРЩ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	2011	
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011	
	МАКАРОННЫЕ КАДЕЛИКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №295	130	4,9	4,4	31,1	188,4	295	2011	
	КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	26,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	Итого за обед		685	21,2	24,6	92,7	696,6		
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	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	2011	
	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 Итого за 2 ужины Всего за день:	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар			72,7	72,9	287,6	2 145,1			



Согласовано
 Руководитель
 И.Ю. Яковлев
 10.10.2011

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



Зима-Осень

ГЕЖЕДУЕТВОНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Генеральный директор
 Александр А.В.

Премия пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Соль, г			
Завтрак Неделя 4 День 18	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	38,4	392		
	БЫР (ПОРЦИОНА) №7	10	2,3	3,0	0,0	38,4	7		
	Итого за завтрак	25	1,9	0,7	12,9	65,5			
		400	12,1	9,2	51,2	337,0			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	18,6	83,4	399	2011	
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,6	19,0	91,2	368		
	ОРУЖЬЯ ОБЕДНОЕ (ВЫЛОКО) №399	400	1,8	1,0	38,6	174,6		2011	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	80	0,8	3,5	4,9	54,6	33		
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОЛОВЕНЬИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №83	2011	
	ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №87		
	КОМПОТ ИЗ СВЕКЛЫ (ПЛОДОВ) №372	180	0,1	0,1	20,9	88,0	372		
	ХЛЕБ ПЕКРУВАЛЬНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2			
	Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	48,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	620	38,0	39,1	88,8	357,2			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСИЦЫЛА №473	50	4,0	3,0	28,6	180,9	473	2011	
	Итого за полдник	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383		
	КОШЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	250	4,1	3,0	58,0	274,9		2011	
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (соевый) ТТК №85	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85		
Ужин	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАКЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	ЧАЙ С ПИЛОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
	Итого за ужин	20	1,5	0,1	9,7	49,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	447	16,9	16,9	51,8	481,4		2011	
	КОШЕЛЬ №401	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401		
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	82,5		2011	
Итого за день:		180	5,1	4,4	7,0	82,5			
Повар			78,9	73,6	303,2	2217,6			

СОГЛАСОВАНО

Мед. № 288

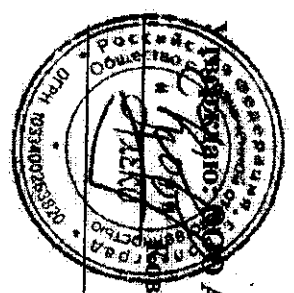
А.В. Валеев



ЕЖЕДУБЕВНОЕ 20-ти ДУБЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



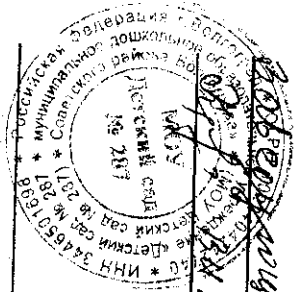
Алеко

Валеева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак День 19	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНИЧЬИМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85		
	МОЛОКО КИРСКОЕ №40	180	5,0	4,4	8,3	84,3	400	2011	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №8	405/15	5,4	8,1	18,5	182,3	3	2011	
Итого за завтрак		420	15,6	16,8	45,3	407,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №39	200	1,0	0,2	19,8	83,4	389	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,8	83,4			
Обед	СУПЕЦ СОЛОНЧЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	СУП С КРУПЮЙ НА МЯСНО-КОСТЯНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №4	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №4		
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНО (печень) С СЫРОМ	150/50	11,0	9,6	26,2	283,1	ТТК №79, 350	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №37	180	0,9	0,6	14,0	65,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	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			
Подливки	БУДИЛКА БУДИЛЬНАЯ №47	50	4,1	3,9	28,8	167,3	467	2011	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИА, ДЖЕМ, ВАРЬЕЛИ №33	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
		280	4,2	3,9	57,3	281,3			
Ужины	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СЫРОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С БУДИЛЬЮ ТТК №156, №47	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 477		
	САУС СОУСЫМ, ВАРЬЕЛЕМ, ДЖЕМОМ, МЕРГОМ, ПОВИДИОМ №32	190/10	0,1	0,6	9,8	39,4	382	2011	
	САУС	80	3,8	1,5	25,7	131,0			
Итого за ужин		480	28,2	20,3	74,1	602,8			
2 Ужины	ЧЕШОК №401	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401	2011	
	Итого за 2 ужины	180	5,1	4,4	7,0	82,5			
Итого за день		180	72,8	57,8	286,3	1 987,9			

Повар

СОГЛАСОВАНО



В.В. Сидорова
 Руководитель центра
 И.И. Кувалдина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



И.И. Кувалдина
 Кувалдина А.В.

Примечание	Примечание, 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 №365	200	3,1	2,4	17,1	108,1	385	2011	
	Итого за завтрак	50	3,8	1,5	25,7	131,0			
2. Завтрак	ОПРЯТЫ СВЕЖИЕ (БЕЛОКО) №368	430	15,2	8,1	78,5	447,5			
	Итого за 2 завтрака	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011	
	Итого за 2 завтрака	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	КОРКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,8	3,9	59,5			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
	КОТЛЕТЫ, БИЛТОНИ, ШИШКЕИ РУБЕНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
	РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №44	160	2,8	5,9	14,9	134,5	344	2011	
	КУСЕНЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,5	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕКОРКАНЬЯ	40	2,6	0,4	17,0	81,5			
	Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед	700	22,4	29,1	96,4	702,3			
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		Чай с молоком или сливками №364	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за полдник	250	6,8	7,4	52,8	305,8				
Ужин	ПРОВАНСЛЬ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	ФРИКАДЕЛЬЯ ВАРЯНЫХ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/90	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №92, 355	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДИМ №382	180/10	0,1	0,0	8,8	39,4	392	2011	
Итого за ужин	30	2,9	0,2	15,1	71,0				
2. Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	470	15,2	14,0	48,0	407,5			
	Итого за 2 ужина	180	5,1	4,4	7,0	62,8	401	2011	
Всего за день:	Итого за 2 дня:	180	5,1	4,4	7,0	62,8	401	2011	
	Товар	180	5,1	4,4	7,0	62,8	401	2011	
			64,6	64,6	303,3	2106,8			