

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 14.10.2012

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

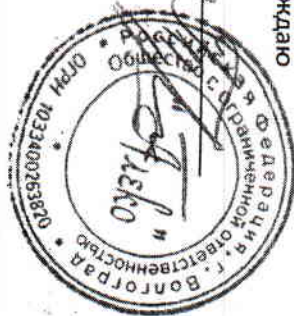


Согласовываю
Заведующий МОУ

Сборник рецептур

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	118,0	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за завтрак	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	420	9,7	14,4	45,8	361,1		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОУЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОММАНЕМУ ТТК №7	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	630	26,1	21,7	79,5	624,4		
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		500	22,2	19,7	93,8	647,4		
Повар			59,0	56,0	238,7	1716,3		

Утверждено



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

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 15.10.20



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011	
Итого за завтрак	БАТОН	50	3,75	1,45	25,7	131			
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2			
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33		
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	2011	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	590,8			
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/350	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 350	2011	
	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 Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4			
Итого за день:		470	30,5	24,5	77,0	668,0			
Повар			76,6	68,3	218,8	1 835,2			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

14.10.12

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 23

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106			
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011	
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
		СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
		Итого за завтрак	365	9,5	7,1	45,2	284,2			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011		
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7,2				
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛБ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011	
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		Итого за обед	560	16,1	14,5	84,5	524,7			
		Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
				ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10			0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50			4	3	29,6	160,9	473	2011	
Итого за Уплотненный полдник	400			12,5	14,3	63,1	414,8			
Всего за день:		39	36,1	210,5	1298,8					

Повар



ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 18.10.2014

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

Согласовываю
Заведующий *Сидорова* *Валентина Викторовна* М.П.
МОУ дошкольного сада №23

Прием пищи	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	
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	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 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	САЛАТ ИЗ БЕЛКОЧУАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБС 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	
	ХИБЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	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		
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	130	2,8	4,1	15,9	116,8	151	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за день:		470	17,0	16,0	64,8	495,1		
Всего за день:			68,1	64,0	257,7	1 914,9		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

23.09.24

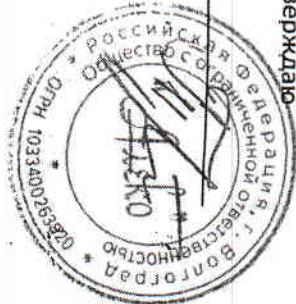
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю _____
 Заведующий *И.Д. Филиппович*
 МОУ Детский сад № 23
 Возмещено г-н г
 Администрация

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 Вариант 6	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0		2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		720	23,4	16,0	91,0	612,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 350	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	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	255,1	1 711,4		

Повар _____

Утверждаю



РЕЖИМНОЕ 20-ти СУТНЕВНОЕ МЕНЮ

Веса-лето 24 09 24

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

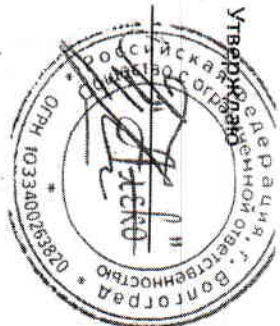
Согласовываю

Заведующий *В.И.Иванов*

М.П. *Иванов В.И.* от 23

М.А.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ИГРА 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	
	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-ВИНОГРАДНЫЙ/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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202		
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№348	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2,0	14,9	83,4			
Всего за день:		450	20,8	13,7	66,5	481,4			
Повар			65,6	54,1	204,2	1 603,1			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 25.09.24

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	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	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
	ЯИЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	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) №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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	533,4			
Уплотненный полдник	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	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4			
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
Итого за Уплотненный полдник		510	23,1	22,7	112,1	769,5			
Повар			65,7	61,6	239,4	1 814,6			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 2010 года
 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	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
		БАТОН	180	5,0	4,4	8,3	94,3		400
		Итого за завтрак	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4		7
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	400	17,9	12,5	59,4	422,7		2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	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		
		Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2		102,0
20	1,5	0,1	9,7	46,0					
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	640	26,9	19,9	86,8	667,6			
Итого за Уплотненный полдник	КЕФИР №401 БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	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	
Всего за день:		450	37,4	28,7	68,1	699,8			
Повар			83,2	61,3	233,9	1 873,5			



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

Весна-Лето 30.09.24

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ



Согласовываю
Заведующий *В.И.И.*
МОУ *Средняя общеобразоват. ш. №23*

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЫСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	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	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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) 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
Итого за обед		30	3,3	0,4	21,2	102,0		
Уплотненный полдник	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	670	23,9	11,9	106,5	653,9		
Итого за Уплотненный полдник	КОЛЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ I	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	35	2,7	0,2	17,6	82,9	467	2011
	Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	
Всего за день:		602	23,6	24,6	98,6	724,1		
Повар			58,2	51,4	272,2	1 837,8		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето *02.10.2012*
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Надлежа 3 День 13	Прием пищи, наименование 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	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак			415	13,3	10,2	77,1	457,7		
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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	50	0,4	0,1	1,3	7,0		
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
Итого за обед			50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед			30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед			720	21,9	20,1	89,6	637,2		
Уплотненный полдник		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	150	3,2	4,7	18,3	134,2	151	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		
		БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник			500	20,9	16,8	73,1	536,3		
Итого за день:				57,1	47,3	259,4	1714,6		
Повар									



Утверждаю

Е.ЖЕФЕВУЧЕВОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето 03.10.11

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



Согласовываю
Заведующий Школа № 23
МОУ Детский сад № 23
12.10.11

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		
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ/ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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 СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
		140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		640	19,6	16,7	70,3	521,5		
Уплотненный 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	
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		490	23,4	21,9	101,5	718,3		
Всего за день:			61,9	62,8	218,3	1723,9		

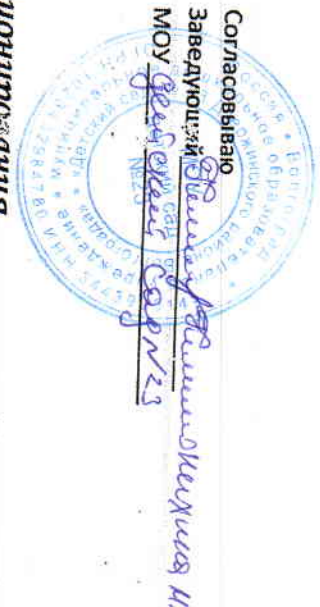
Повар _____



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

Весна-Лето 01.10.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето



Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад №123
Сидорова С.В.

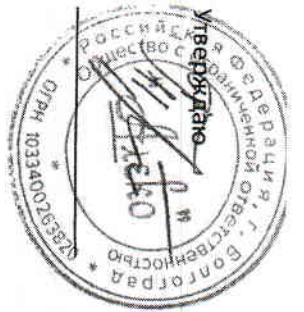
Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕИНЫЙ 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	369,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №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 КРУПКОЙ НА К/Б 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		2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Всего за день:		497	20,4	26,6	77,8	650,9		
Повар			71,9	76,9	247,8	1 998,9		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето 08.10.2011
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	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-ВИНОГРАДНЫЙ/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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУАННОЙ КАЛУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№350	685	21,2	24,6	93,7	695,4			
Уплотненный полдник	КЕФИР №401	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 350	2011	
	БАТОН	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011	
	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	1,2	20,6	104,8			
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	2,9	22,3	125,1			
Всего за день:		480	39,0	30,3	80,8	772,4			
Повар			71,0	71,3	251,1	1 976,6			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

09.10.2011

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

Согласовываю
Заведующий М.А. Рудоместкина
МОУ Детский сад № 23
Директор
Рудоместкина
10.10.2011

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 18	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	СЫР (ГОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
	Итого за завтрак	420	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КБ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	37,9	38,5	85,8	848,2		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
	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		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	
Итого за Уплотненный полдник		497	20,9	19,9	91,4	642,3		
Всего за день:			72,7	68,6	267,0	2 002,1		

Поваар

Утверждаю



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

11.10.24

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

Согласовываю
Заведующий

Филипповская И.А.
№ 14

Прием пищи	Прием пищи, наименование 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	
	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 (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	3,0	1,0	42,0	192,0		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	700	22,4	29,9	96,4	762,3		
Итого за Уплотненный полдник	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №59/№355	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	120/50	17,0	25,3	22,7	392,0	ТТК №59, 355	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Всего за день:		450	20,0	25,6	49,5	514,4		
Повар			60,6	64,6	266,4	1 916,2		