



Согласовано
Заведующий отделом
Детский сад
№ 301
Ивановой М.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алеко
Директор
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 1									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2		13,6	118	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3		11,2	76,2	394	2011
		40	3	1,2		20,6	104,8		
	БАТОН	350	9,4	7,7		45,4	299		
Итого за завтрак									
		180	0,9	0,2		17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2		17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2		17,7	75,1		
Обед									
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7		2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9		12,1	74,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7		15,6	287,3	ТТК №675	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	0	0		11,6	46,5	376	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2		8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1		9,7	46		
		20	1,5	0,1		9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	23,5	21,6		59,8	530,5		
Итого за обед									
		50/30	6,6	7,8		15,2	143,9	ТТК №65	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	110	2,3	3,3		15,6	104,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180/10	0,1	0		9,8	39,4	392	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	15	1,1	0,1		7,5	35,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9		28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	445	14,2	15,1		77,0	491,0		
Всего за день:			48,0	44,6		199,9	1395,6		

Повар _____

Александровский Юлий Семёнович 363

Shvedskii MA.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 0006 Алеко
Кубалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 2								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104 ЧАЙ С ЛИМОННОМ, БУЛГУНЧИК, ДУМЛЕТЧИК, ПИЩЕЦЫ, ПОВИДЛО МАСЛО	150 180/10 40	6,4 0,1 3	4,6 0 1,2	23,4 9,8 20,6	159,2 39,4 104,8	ТТК №104	2011
	БАТОН	380	9,5	5,8	53,8	303,4		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200 180 380	0,8 0,9 1,7	0,8 0,2 1,0	19,0 17,7 36,7	91,2 75,1 166,3	368 399	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30 150 130 150 20 480	0,4 2,1 10,9 0,1 1,3 14,8	1,9 2,3 15,9 0,1 0,2 20,4	2,5 11,7 36,5 17,4 8,5 76,6	29,5 75,8 291,9 71,8 40,8 509,8	ТТК №87 ТТК №67	2011
Итого за обед								
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50 120 180/107 50 20 437	6,5 2,4 0,2 3,8 1,5 14,4	8,2 3,3 0 0,3 2,0 13,8	2,1 19 10 25,1 14,9 71,1	72,7 41,7 118,4 83,4 434,9	ТТК №74	2011
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1 414,4		

Повар



Согласовано

Заведующий МБДОУ №363
Ткачевская М.А.

ПЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

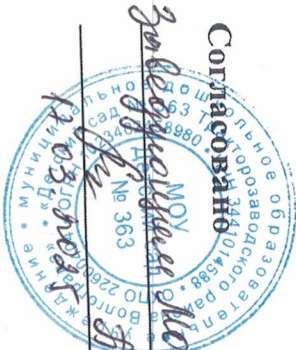
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждено: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 1 Вариант 3		150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83			
	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011	
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		БАТОН	405	13,2	9	47,2	323,4			
Итого за завтрак			180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Итого за 2 завтрак			180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед		30	0,2	0	0,5	3,9				
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79	2011	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150/73,5	0,1	0	7	29	393		
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	14,6	12,1	58,5	426,7			
	Итого за обед			40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	Уплотненный полдник		ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
			КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	30	2,3	0,2	15,1	71			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	440	15,4	17,8	83,2	549,76			
Итого за Уплотненный полдник				44	39,1	206	1402			
Всего за день:										

Повар



Согласовано

Заведующий ИОУ Дешевеев С.В. №363

Директор И.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Утверждено: О.О.О. Алеко
Директор
Ковалева А.В.

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			
Неделя 1 Вариант 4		150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	3,8	1,5	25,7	131		2011
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	565	10,3	7,9	64,2	375,4		
	Итого за завтрак				17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	560	16,1	14,4	84,1	521,6		
	Итого за обед				8,1	109,6	ТТК №62	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011
Уплотненный полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
	Итого за Уплотненный полдник	420	14	14,4	72,8	460,8		
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9		

Повар

10. Receives Key Derivation code 13b3

№ 363
Журнал М.А.

РЕЖЕДНЕНИЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЦО

Зима-Осень

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

Утверждаю: 000 Алеко
Директор
Ковалева А.В.

17.03.2008

Прим. пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5								
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
Завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак								2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
Обед		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКОВАННЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Итого за обед		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Уплотненный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	180	0,6	0,3	18,1	88,3	396	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	30	2,3	0,2	15,1	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Итого за Уплотненный полдник			40,6	43	239,6	1457,6		
Всего за день:								

Повар



Согласовано
Заведующий ИМУ Детского сада №363
12.03.2013
Полоселов М.А.

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 рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 6		150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №63	2011	
		КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №63	0,1	0	7	29	393		
		150/73,5	3,8	1,5	25,7	131	7		
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	1,2	1,5	0			17,7
		БАТОН	5	11,2	6,4	59,5			340,7
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	365						2011	
Итого за завтрак									
2. Завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368		
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Итого за 2 завтрак									
		30	0,2	0	0,5	3,9			
Обед		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	2011	
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75		
		120/15	0	0	11,6	46,5	376		
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	3,3	0,4	21,2	102		
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	50	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	25				463			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15,3	12,9	69,2				
Итого за обед									
		130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011	
Уплотненный полдник		150/73,5	0,1	0	7	29	393		
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	1,5	0,1	9,7	46	467		
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	4,1	3,9	28,9	167,3		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		22,3	89,5	586,6		
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16					
Итого за Уплотненный полдник			43,3	42,4	237,2	1481,5			
Всего за день:									

Повар

УТВЕРЖАЮ: 000 АТЕКО
Директор
Корбутера А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 7								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	3	2,3	0,9	15,4	78,6		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	СЫР (ПОРЦИОНМИ) №7	355	11,7	10,8	31,7	316		
Итого за завтрак								
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
		30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	150/15	4,1	4	10,4	94		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	560	22,1	12	86,8	563,4		
Итого за обед								
		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	430	15,1	14,3	67,7	450,1		
Итого за Уплотненный полдник								
			49,8	37,3	203,9	1404,6		
Всего за день:								

Повар

Сотласовано
Исполнитель
К. С. Савельев

Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко
Директор
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 8								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №63	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №63	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЙНЫМ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
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	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ГОЛЫБЫЗ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		540	15,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный поддник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	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
Итого за Уплотненный поддник		400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		

Повар

СОТЛАСОВАНО

№ 3663

Трушков М.А.

ЕЖЕГОДНЕЕ 20-ти ЛЕТЕЕ МЕЛЮ

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				
Неделя 2 Вариант 9		150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
		КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	4,3	3,7	7	78,6		400
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	50	3,8	1,5	25,7	131		
		БАТОН	350	15,1	8,7	61,8	384,7		
Итого за завтрак							399	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	33	2011	
Обед		30	0,4	1,9	2,5	29,5			
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	2011
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	40	2,6	0,4	17	81,6		
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Итого за обед									
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	2011	
		180	5,1	4,4	7	92,5	401		
		40	3	1,2	20,6	104,8			
		БАТОН	400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Итого за Уплотненный полдник									
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6			

Повар



Согласовано
Заведующий ИИУ Решетово с/ср. № 363
Подписавший И.А.

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			
Неделя 2 Вариант 10 Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8		
		350	14,3	14,6	40,6	397		
Итого за завтрак								2011
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	Отупец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	Птица, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	Компот из сушеных фруктов №376	150	0	0,4	11,6	46,5	376	
	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
	Хлеб пшеничный	540	21	15,9	66,2	494,6		
Итого за обед							ТТК №61	
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленные ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	Хлеб пшеничный	400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		

Повар _____



Согласовано

Заведующий МКУ Детский садом №33

Телищева М.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

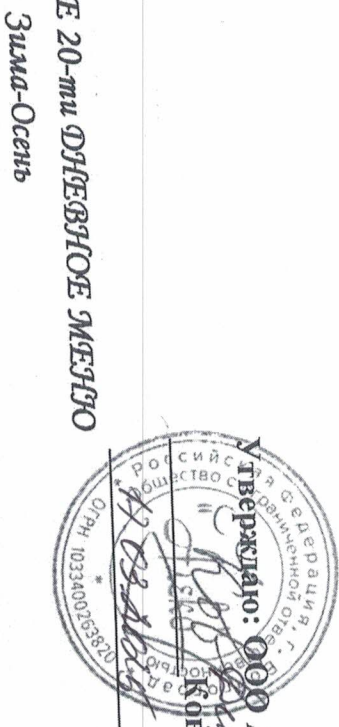


Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

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				
Неделя 3 Вариант 11									
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107		2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		2011
	5	1,2	1,5	0		17,7	7		
	СЫР (ГОРЦИЯМИ) №7	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	БАТОН	350	10,4	8,5	46,8	307,7			
Итого за завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388		2011
2 Завтрак	РЫБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №398	110	0,7	0,5	31,9	137,0			
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0			
Обед									
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №87		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	46		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	20,1	10,3	79,5	511,2			
Итого за обед		30	0,4	1,5	2,3	24,6	54		2011
Уплотненный полдник									
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	ТТК №62, 354		2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	321		2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	393		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	46		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	167,3	467		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	517,1			
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	76,4	1473			
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473			

Повар _____



Зима-Осень

Повар

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 12							ТТК №104	
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	395	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	2	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7		
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак								2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
Обед		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Итого за обед								
Уплотненный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	125	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	398	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	30	0,6	0,3	18,1	88,3		
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		



Согласовано
Заведующий МОУ Детского сада №363
Иванов М.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: 000 Алеко
Инженер
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 13		150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	160	2,8	2,4	9	81,3	394	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	50	3,8	1,5	25,7	131		
	БАТОН	360	13,6	7,4	63,8	387,4		
Итого за завтрак						75,1	399	2011
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ 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
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	590	15,9	14,7	77,6	494,7		
Итого за обед						72,7	ТТК №74	2011
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	6,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая) №166	120	3,1	3,1	31,8	171,1	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	430	15,2	14,4	83	490,1		
Всего за день:			45,6	36,7	242,1	1447,3		

Повар _____

Согласовано

Заведующий МОУ Детского сада №363

Директор сад. дошкольного образования М.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
Вариант 14								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		390	11,8	12,3	39,2	360,2		
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	Помидоры соленные	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №28	
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Голубцы ленивые ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (овсяная) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		2011
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
	Булочка ванильная №467	450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1484,5		

Повар



Согласовано

дополнительно к плану работы №363

Получено 17.03.2015

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень



Утверждено: 000 Алеко
Заместитель
Ковалева А.В.

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				
Неделя 3 Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106		
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		2011
		45	3,4	1,3	23,1	117,9			
		5	1,2	1,5	0	17,7	7		2011
		350	11,3	8,7	47	313,4			
Итого за завтрак						91,2	368		2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №363 ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №44		
		150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №67		2011
		130	10,9	15,9	21,1	84,8	363		
		150	0,1	0	21,1	84,8			
		20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	КОТЛЕТЫ, БУЛОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	500	16,2	20,7	88,2	563,4			
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
		110	2	4,3	10,8	97,7	344		2011
		180/10/7	0,2	0	10	41,7	393		2011
		20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за Уплотненный полдник		50	4	3	29,6	160,9	473		2011
		427	14	15,9	75,2	491,26			
			42,3	46,1	229,4	1459,26			
Всего за день:									

Повар _____

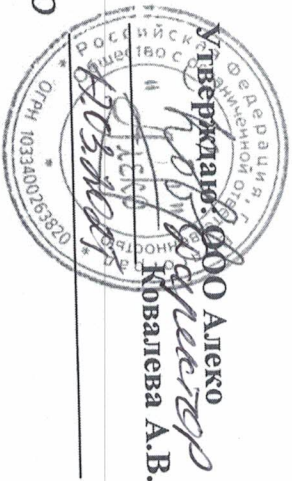


Согласовано
Докладчик М.А.

ПЕЧЕДНЕВНОЕ 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			
Неделя 4 Вариант 16								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕЛИНЬИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
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	91,2		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОПЕНЫИ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	0	0	11,6	46,5	376	
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	19,1	16,9	50,9	436,4		
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	420	14,5	15,5	66,1	430,3		
Итого за Уплотненный полдник		420	14,5	15,5	66,1	430,3		
Всего за день:			49	43,4	224,5	1465,8		

Повар _____



Заведующий ИОУ Решевого с/госп №363
Исписков А.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алеко
Директор
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 17		150	2,3	6,0	23,7		163,5	ТТК №102	
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	180	2,7	2,3	14,0		87,6	394	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	20	1,5	0,6	10,3		52,4		2011
	БАТОН	5	1,2	1,5	0		17,7	7	
	СЫР (ГОРЦИЯМИ) №7	355	7,7	10,4	48,0		321,2		
Итого за завтрак							75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7		75,1		
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7		75,1		2011
Обед		30	0,4	1,9	2,5		29,5	33	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150/5	1,2	3	5,4		54,8	ТТК №200	
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	50/30	8,3	9,8	15,6		154,2	ТТК №60	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (повышена) ТТК №60	110	4,1	4,4	26,3		166,1	205	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	150	0,1	0	21,1		84,8	383	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5		40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	545	15,4	19,3	79,4		530,2		
Итого за обед							365,8	ТТК №151, 477	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С	130/50	16,3	13,2	27,4		365,8		
	ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	180	5,1	4,4	7		92,5	401	2011
	КЕФИР №401	40	3	1,2	20,6		104,8		
	БАТОН	400	24,4	18,8	55		563,1		
Итого за Уплотненный полдник			48,4	48,7	200,1		1489,6		
Всего за день:									

Повар _____



Согласовано

Исполнитель: ИОУ Ресурса сср №363

№ 363
И.В. Сидорова И.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: 000 Алеко
А.В. Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 18	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
			40	3	1,2	20,6	104,8		
		БАТОН	380	9,5	5,8	53,8	303,4		
		Итого за завтрак							
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
			180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Итого за 2 завтрак									
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
			20	1,5	0,1	9,7	46		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Итого за обед									
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
			25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:				39,5	39,8	233,8	1 408,8		

Повар _____



Согласовано
Заведующий МКУ Детское с/х №363
Полосов М.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		520	19,5	15,8	56,5	448,5		
Уплотненный подник								
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный подник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			50,5	43,78	188,5	1402,76		

Повар

Республика Беларусь
Министерство культуры
Институт культуры
Минск

Зима-Осень

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

Ковалева А.В.

КОВАЛЕВА А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ГОРЦЫМИ) №7	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
		160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	
		40	3	1,2	20,6	104,8	7	
		5	1,2	1,5	0	17,7		
		355	13,6	8,1	61,9	373,7		
Итого за завтрак								
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	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28 Котлеты, биточки, шинцели рубленые ТТК №61 Макаронные изделия отварные с маслом №205 Кисель из повидла, джема, варенья №383 Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №28	2011
		150	1,5	3	7,1	62,4		
		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
		110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		535	15,8	19	92,9	593,96		
Уплотненный полдник	Помидоры соленые Фрикадельки вкусышка с соусом сметанным ТТК №32/№354 Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392 Хлеб пшеничный Печенье	40	0,4	0	0,9	5,5		2011
		100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		400	12	11,8	51,2	375,7		
Всего за день:			42,2	39,7	225	1434,56		
