

Согласовано



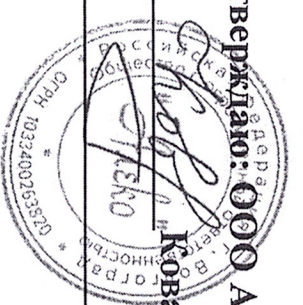
*Заведующий отделом*  
*Ирина Владимировна*

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

*для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 Вариант 6	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	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	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	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		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ 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	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	
	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	254,7	1 810,9		

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано



*Handwritten signatures and dates: 2011.11.10, 2011.11.10*

**ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

*для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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				
<b>Неделя 2</b> Вариант 7	<b>Завтрак</b>	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		430	18,7	24,3	32,0	426,9			
<b>2 Завтрак</b>	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
<b>Обед</b>	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202		
	Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011	
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	Булочка вешушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
<b>Итого за обед</b>		705	29,1	18,8	115,0	767,1			
<b>Уплотненный полдник</b>	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
	Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
	Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
	Печенье шоколадное	20	1,5	2,0	14,9	83,4			
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		450	21,3	15,9	67,5	506,3			
<b>Всего за день:</b>			70,1	59,2	234,1	1 783,7			

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Директор детского отдела  
 [Signature]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Зима-Осень

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



Утверждено: ООД Алёко  
 [Signature]  
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Неделя 2 Вариант 9	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборни рецепту
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
			400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
			640	26,9	19,9	86,8	668,2		
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
		КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник			450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Всего за День:				83,2	61,3	233,9	1 874,1		

Повар \_\_\_\_\_