Mos Deimen wy N2 Of M. B. Unevenuen

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФИЕВНОЕ МЕНЮ

Ковалева А.В.

Утверждаю, 000 Алеко

Зима-Осень

Приом пиши	Choird Church William Would	Macca		Пищевые вещества	33	Энергети-ческая		Сборник
	присм пиди, палменование отгода	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Ng perten-rypsi	рецептур
Неделя 1 Вариант 1						39:	*	
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	TTK Ne107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	က	1,2	20,6	104,8	-	2011
Итого за завтрак		350	9,4	1,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6'0	0,2	7,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,71	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	9'0	2.7	2.3	35.7		
	СУЛ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК Ne88	150	2,3	6,	12,1		TTK Nº88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	TTK Ne675	
	KOMIOT ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6		376	2011
	хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	хлеь пшеничный	20	1,5	0,1	7.6	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	59,8	530,5		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С COУCOM (говядина) ТТК №65	50/30	9'9	7,8	15,2	143,9	TTK Ne65	
	ΠЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	8,8	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ N8392	180/10	0,1	0	8'6	39,4	392	2011
	хлеь пшеничный	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	1,1	6,8	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		445	14,2	15,1	0,77	491,0		
Всего за день:			48.0	44.6	199.9	1.395.6		

OF W.B. WMSCULLULUL EXEDHEBHOE 20-mu OHEBHOE MEHIO weeg Bernein ang Wh

ТОВАНЕВА А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

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

		Macca	<u> </u>	Пищевые вещества	Ва	Энергети-ческая	No see	Сборник
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	иипдои	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ме рецеп-туры	рецептур
Неделя 1 Вариант 2						*		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	TTK Ne104	
	HARDON CAXAFOIN, BAFENDEIN, HAREMOIN, MICHOIN, TIODMILTION	180/10	0,1	0	9,8		392	2011
19113174	БАТОН	40	ю	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	8,0	8'0	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6,0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	CAJAT V3 CBEKTIЫ NB33	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	TTK N987	
	плов из птицы ттк №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	TTK Ne67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	14,8	20,4	76,6	8'609'		
Уплотненный полдник	CYΦJIE ИЗ PЫБЫ TTK №74	20	6,5	8,2	2,1	7,27	TTK Ne74	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	HAЙ C JIMMOHOM Ne393	180/10/7	0,2	0	10	7,14	393	2011
	хлеб пшеничный	20	3,8	6,0	25,1	118,4		
	печенье шоколадное	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		437	14,4	13,8	71,1	434,9		
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1 414,4		

COTJACOBAHO
MOSS DEFELLENÍ COG NZ
M. D. W. D. WELDELLEUM
17, 03, 20,25

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЮ

Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

Неделя 1	Приме пиши примента примента	Macca	Пищев	Пищевые вещества	Ba	Энергети-ческая	34	Сборник
Неделя 1	присм пищи, наименование отпода	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Nº peten-rypsi	рецептур
Бариант 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	TTK Ne83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ N8392	180/10	0,1	0	8'6	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	64	5,5	5	6,0	9'89	213	2011
	БАТОН	20	1,5	9'0	10,3	52,4		
Итого за завтрак		405	13,2	6	47,2	323,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,71	75,1		
	7							
Обед	огурец соленый	30	0,2	0	9'0	3,9	551K60	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	2,5	91,2	TTK Ne28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150	10,0	8'9	25,3	215,8	TTK Ne 79	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	7'6	46		
Итого за обед		540	14,6	12,1	58,5	426,7		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	9'0	4,1	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	2'6	16,9	167,96	TTK Nº61, Nº354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
,	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	1,0	0,1	20,9	98	372	2011
	хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	17		
Итого за Уплотненный полдник		440	15,4	17,8	83,2	549,76		
Всего за день:			44	39,1	206	1402		

W. B. MUCCEULLUU EXEDHEBHOE 20-mu DHEBHOE MEHRO Leon Derevier coy NA

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

DOMON DIVINI	Tough must wanted and a	Macca	Пищевы	Пищевые вещества		Энергети-ческая	No notion and	Сборник
	прием пищи, наименование опода	порции	Белки, г Жи	Жиры, г Угле	Углеводы, г	ценность, ккал	ive perfeii-iypsi	рецептур
Неделя 1 Вариант 4						20		
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	TTK Ne106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	90	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	2	1,2	1,5	0	17,71	7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	8'0	8,0	19,0	91,2	368	2011
Итого за завтрак		565	10,3	7,9	64,2	375,4		
2 Завтрак	COK ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,71	75,1		
Обел	помидоры соленые	30	0.3	0	0.7	41		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК Ne88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	TTK Ne88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	92/30	9'9	7,8	15,2	143,9	TTK Ne65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	KOMITOT VI3 CYLLEHLIX & PYKTOB Ne376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	хлеь пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	хлев пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		260	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	20	6,1	80	8,1	109,6	TTK Nº62	
	ΠЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ N8392	180/10	0,1	0	8,6	39,4	392	2011
	хлев пшеничный	20	1,5	0,1	2'6	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	90	4	8	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14	14,4	72,8	460,8		
BCero 32 neur.			413	36.9	238.8	1432 9		

Slog Dirucia cay Wh

17.03. 20x15 EXEDHEBHOE 20-mu DHEBHOE MEHOO.

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

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

		Macca	Ξ	Пищевые вещества	ва	Энергети-ческая	No porion mar	Сборник
прием пищи	прием пици, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ide pedell-lypsi	рецептур
Неделя 1 Вариант 5						*		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	TTK Ne104	8-
	КОФЕЙНЫЙ 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
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
	2				,			7700
2 Завтрак	COK ABJOYHBIN Ne399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	388	2011
Итого за 2 завтрак		180	6,0	0,2	1,71	75,1		
Обел	CAJAT KIS CBEKTISI NE33	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	TTK Ne87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	TTK Ng67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	хлеь пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Vanottoouteix	MADA KAEAUKOBAB KOHCEPBUPOBAHHAS	30	90	7.6	23	35.7		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	90	4.9	5,7	4,8	64,1	TTK Ne77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	9'0	6,0	18,1	88,3	398	2011
	хлеб пшеничный	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		

0000

COLIACOBAHO
MICH DETERMINE LOGY N/L
CH. B. WWOLLHWIN
TH C3. 2025

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНТО

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

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

Прием пиши	Прием пиши наименование блюда	Macca	Пиш	Пищевые вещества	Ba	Энергети-ческая	100	Сборник
		порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Nº peden-ryph	рецептур
Неделя 2 Вариант 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26.8	163	TTK Ne83	
	HAЙ C ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7			2011
	БАТОН	90	3,8	1,5	25,7	1		
2011118	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0		7	2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	5,65	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	8'0	19,0	91.2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	8,0	19,0			
Обед	огурец соленый	30	0.2	0	0.5	9.0		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	7	TTK Ne88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10.4	11.3	177.2	TTK Ne75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6			2011
	хлеб пеклеванный	20	3,3	4,0	21,2			
	хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5			
Итого за обед		240	15,3	12,9	69,2			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С MOPKOBЫО С COYCOM MOЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	TTK Ne152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	хлеб пшеничный	20	1,5	0.1	9.7			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	20	4,1	3,9	28,9	16	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,5			
Всего за день:			43.3	42.4	237.2	1481 5		

Cornacobano 1184 Diremen lay W2

EXEDHEBHOE 20-mu DHEBHOE MEHIO

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

		Macca	Пище	Пищевые вещества		Энергети-ческая	No notion and	Сборник
прием пищи	прием пищи, наименование опода	иирфоп	Белки, г	Жиры, г Угле	Углеводы, г	ценность, ккал	re peterriypsi	рецептур
Неделя 2 Вариант 7						*		
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	TTK Ne72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ N8392	180/10	1,0	0	8'6	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	6'0	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		355	11,7	10,8	31,7	316		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	388	2011
Итого за 2 завтрак		180	6,0	0,2	17,7	75,1		
Обел	помидоры соленые	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	TTK Ne202	
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	TTK Ne64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	хлеь пеклеванный	35	2,3	6,0	14,8	71,4		
	хлеь пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за обед		260	22,1	12	86,8	563,4		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С COУCOM (говядина) ТТК №65	50/30	9'9	7,8	15,2	143,9	TTK Ne65	
	ΠΙΟΡΕ ΚΑΡΤΟΦΕЛЬНОΕ №321	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		430	15,1	14,3	67,7	450,1		
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6		

Most Determin weg Wa 21-M.B. Musceumus 17.03. 2025

EXEDHEBHOE 20-mu OHEBHOE MEHNO

Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

MINING MONGE		Macca		Пищевые вещества	гва	Энергети-ческая	No notion and	Срорник
industrial	прием пищи, наименование опода	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ие рецеп-туры	рецептур
Неделя 2 Вариант 8						1991		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	TTK Ne83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
31.476	БАТОН	20	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	2	1,2	1,5	0	17,71		2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
2 Завтрак	APVITH CREWIE (REDOKO) Ne368	200	80	80	19.0	91.2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0.8	0.8	19.0			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	CYTI C MAKAPOHHЫMИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ TTK №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	TTK Ne88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	9'2	10,4	11,3	177,2	TTK Ne75	
	KOMITOT M3 CYLLEHЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6		376	2011
	хлеб пеклеванный	20	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		
Уппотненный поплник	SALIENATION NO TEOPOLA C MOFROEDIO C COYCOM INCUIDIN	130/40	10.3	18.3	43.9	344.3	TTK Ne152, 477	
	HAM C JIMMOHOM Ne393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	1	2011
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	7,6	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		

COLJACOBAHO
21 M.B. MMOCHULUM
21 M.B. MMOCHULUM
C 17,03, 2025
EXEDHEBHOE 20-mu DHEBHOE MEHRO

% Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

Прием пиши	enoing causedonowner aman Mound	Macca	Й	Тищевые вещества	TBa	Энергети-ческая	No normal	Сборник
		порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Ne peten-rypsi	рецептур
Неделя 2 Вариант 9						*		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	TTK Ne105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	20	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
	> >							
2 Завтрак	COK ABJOYHBIN Ne399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	388	2011
Итого за 2 завтрак		180	6,0	0,2	17,7	75,1		
Обед	CAJIAT VI3 CBEKIJBI NE33	30	0.4	19	2.5	29.5	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	2	7,5		F	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	6,8	12,2	14,2	181,8	TTK Nº68	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	хлеь пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	TTK Ne151, 477	
	KEФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	e	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6		

COLNACOBAHO
ULOS DETUCCIONES NA

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЯО

ды Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

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

		Macca	THE THE	Пищевые вещества	Ba	Энергети-ческая	No porton Trans	Сборник
прием пищи	прием пищи, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	we perentiyba	рецептур
Неделя 2 Вариант 10						**		
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	9'0	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	TTK Ne72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	ဇ	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6,0	0,2	17,71	75,1		
	, in the section of t	5		ď	0	000		
Осед	ОТ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК	150	2,3	2 8	12,7	75,1	TTK Ne88	
	NESS TYLLEHHAS B COYCE C OBOLLIAMY TTK NE66	150	14.4	13,6	14.7	241,5	TTK Nº66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	хлев пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6		
	хлеь пшеничный	20	1,5	0,1	7,6	46		
Итого за обед		940	21	15,9	66,2	494,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	20	6,3	8,5	15,1	144,96	TTK Nº61	
	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	8'6	39,4	392	2011
	хлев пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		

NOS Derneen aug N2 2/241.15. Whoseeleever

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЮ

дековалева А.В.

твержнаю ООО Алеко

Зима-Осень

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

DOMON DIMINI	Chough church willing Moudh	Macca	Пищевые вещества	щества	Энергети-ческая	No norton mari	Сборник
I Driem India	прием пищи, паименование опода	иирфоп	Белки, г Жиры, г	г Углеводы, г	ценность, ккал	INS pedell-19ps	рецептур
Неделя 3 Вариант 11					*		
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9 12,3	100,8	TTK Ne107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	71,3	395	2011
7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	2	1,2	1,5 0	2'21		2011
	БАТОН	45	3,4	1,3 23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,4	8,5 46,8	307,7		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	7'0	0,5 31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5 31,9			
	m: 11 mm 0 0 1 10 0 m 11 1 0 0 0						
Ооед	I IOMN/HOPBI COJIEHBIE	30	0,3		4,1		
	CY⊓ KAPTOФEЛЬНЫИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1				
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6 31,5	272,7	TTK Ne64	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2 8,5	40,8		
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	46		
Итого за обед		520	20,1	10,3 79,5	511,2		
,							
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5 2,3	24,6	54	2011
¥	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК Neg./Ne354	50/30	6,5	9,2 9,9	132,6	TTK Ne62, 354	2011
	ΠЮΡΕ ΚΑΡΤΟΦΕЛЬНΟΕ №321	110	2,3	3,3 15,6	104,9	321	2011
	HAЙ C ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0 10	41,7		2011
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	20	4,1	3,9 28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18 76,4	517,1		
Всего за день:			46,2	37,3 234,6	1473		

25 W.B. Mucheller

EXEQUEBIOE 20-mu DHEBHOE METIOH 1033400

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

		Macca	Ē	Пищевые вещества	Ba	Энергети-ческая	No porton Time	Сборник
прием пищи	прием пици, наименование опода	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ive peteri-rybbi	рецептур
Неделя 3 Вариант 12								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	TTK Ne104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
9	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	7	2011
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	388	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,7	75,1		
Обед	CAJIAT VI3 CBEKIJIS NE33	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	TTK Ne87	
	плов из птицы ттк №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	TTK Ne67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	1,0	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	хлеь пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	9'0	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	20	6,4	5,7	4,8	64,1	TTK Ne77	
	KAPTOФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	9'0	6,0	18,1	88,3	398	2011
	хлеб пшеничный	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		

299 Descrien ang N2 24 M.B. Unioeculus

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНТО

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

Dance attended	CHOILE CONTROL THE PROPERTY	Macca	Пищев	Пищевые вещества	Ø	Энергети-ческая	No notion of	Сборник
прием пищи	прием пищи, наименование опода	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Ne pedell-lypsi	рецептур
Неделя 3 Вариант 13						*		
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	1	3,5	29,1	175,1	TTK Ne105	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	6	81,3	394	2011
-	БАТОН	20	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	387,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6,0	0,2	17,71	75,1		
Обед	огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	TTK Ne88	
	ТЕФТЕЛИ С COУCOM (говядина) ТТК №65	20/30	9'9	7,8	15,2	143,9	TTK Ne65	
4	KA∏YCTA TYШEHAЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	9'86	336	2011
*	KOMIOT ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6		
^	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	2'6	46		
Итого за обед		290	15,9	14,7	9'11'	494,7		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	20	6,5	8,2	2,1	72,7	TTK Ne74	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166	120	3,1	3,1	31,8	1,171	166	2011
J 2	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ N8392	180/10	0,1	0	8'6	39,4	392	2011
	хлев пшеничный	20	1,5	0,1	7,6	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	90	4	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		430	15,2	14,4	83	490,1		
Всего за день:			45,6	36,7	242,1	1447,3		

24 W.B. Whomen

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

Прием пиши	Прием пиши, наименование блюпа	Macca	Ā	Пищевые вещества	тва	Энергети-ческая		Сборник
		иорции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецеп-туры	
Неделя 3 Вариант 14								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	9.0	2.7	2.3	35.7		
	OMJIET HATYPAJIBHBIЙ TTK №72	130	8,1	8,4			TTK Ne72	
Adeller	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ Ne392	180/10	0,1	0				2011
	БАТОН	40	m	1.2	20.6	104.8		
Итого за завтрак		390	11,8	12,3				
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6,0	0,2	7,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,71	75,1		
Обед	помидоры соленые	Ş	80	-	0	;		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	n	7,7	62,4	TTK Nº28	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10.4	11.3	177.2	TTK Ne75	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71.8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40.8		
	хлев пшеничный	20	1,5	0,1	7'6	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	20/30	83	6	17.6	154.0	OSAN VITT	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4.4	26.3	166.1	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	9'0	6,0	18.1	88.3	398	2011
	хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15.1	77		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	20	4,1	3,9	28.9	167.3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44.4	0 //	9 346			

21-11. B. Muchelle

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЛО

Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

		Macca	і імщевые вещества	зещества	Энергети-ческая	No norton ment	Срорник
прием пищи	прием пищи, наименование опида	порции	Белки, г Жиры, г	, г Углеводы, г	ценность, ккал	Ne pedell-lypol	рецептур
Неделя 3 Вариант 15					244	_	
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1 12,5	106,5	5 TTK №106	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	71,3	395	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3 23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	3	1,2	1,5 0	7,71	7	2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7 47	313,4		
2 Saprinar	ADVITH CREMINE (SENOKO) Neses	200	0.0	190	91.2	368	2011
Maroro sa 2 santase		200	80				
Okon	икра кабацковая консервированная	30	90	27 73	35.7		
Hann	CVII C KPVIIOŬ HA KVPUHOM EVIIA OHE TIK N644	150	1,8			TTK Ng44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9		N	.036	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0 21,1	84,8	383	2011
	хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2 8,5	40,8		
	хлев пшеничный	20	1,5	0,1	46		
Итого за обед		200	16,2	20,7 88,2	563,4		
Variotities iš popular	KOTDETE: ENTOURY IIHM IEDU DVEDEHEIE TTK Neg	05	63	8.5	144 96	TTK Ne61	
упполнениви полдии	PALY OBOUIHOE (3 BAPINAHT) Ne344	110	25				2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0 10			2011
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3 29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		427	41	15,9 75,2	491,26		
Всего за день:			42,3	46,1 229,4	1459,26		

Moss Deserver ang N/2 (4-11. B. Muchellun) 17,03. 2025

EXEDHEBHOE 20-mu OHEBHOE MEHRO

Ковалева А.В.

Хтверждаю; 000 Алеко

Зима-Осень

Прием пищи	Прием пиши, наименование бпола	Macca	Пиш	Пищевые вещества	Ва	Энергети-ческая	H	Сборник
	pHono our proposition in the control of the control	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Nº рецеп-туры	
Неделя 4 Вариант 16				10		380		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3.5	29.1	175.1	TTK No 105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2.3	60	114	713		2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2.3	3.7	27.4	156.7		2044
-	БАТОН	40	8	12	20.6			1102
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	6,703		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	80	80	100	20		
Итого за 2 завтрак		000	0.00	0,0	0,61	7,16	200	LLOZ
•		2007	oʻn	0,0	S.	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0.2	c	20	00		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	, e	0, R)	7,73	TTK Nº47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14.4	13.6	14.7	241 5	TTV NbGG	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	116	46.5		2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	13	00	α α	908		103
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	5, 7,	10	0,0	9/04		
Итого за обед		520	19.1	16.9	50.9	436.4		
						16001		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	20	6,5	8.2	2.1	7.67	TTK No74	
	ΠЮΡΕ ΚΑΡΤΟΦΕЛЬΗΟΕ №321	110	2,3	3.3	15.6	104.9		2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	8'6	39,4		2011
	хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	7.6	46		
1000	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	20	4,1	3.9	28.9	167.3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14,5	15,5	66,1	430,3		103
Всего за день:			68	43.4	224 5	4465		

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНТО

Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

зими-Осень для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования гогр Зима-Осень

DNEW INITIA	CECIES CHICAGO COMO MICHAEL					Common Branchamo	LIGITATION OF OR	
	прием пищи, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г Угле	Углеводы, г	ценность, ккал	ne pedell-typol	рецептур
Неделя 4 Вариант 17						*		
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	0,9	23,7	163,5	TTK Ne102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
-	БАТОН	20	1,5	9'0	10,3	52,4		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	S	1,2	1,5	0	17,71	7	2011
Итого за завтрак		355	1,7	10,4	48,0	321,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6,0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	17,71	75,1		
Обел	CATIAT VI3 CBEKTIBI Ne33	30	0.4	9,1	2.5	29,5	33	2011
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	8	5,4	54,8	TTK №200	
b	ФРИКАДЕЛЬКИ В COУCE (говядина) ТТК №60	20/30	8,3	8,6	15,6	154,2	TTK Ng60	
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
A	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	1,0	0	21,1	84,8	383	2011
×	хлев пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник. В	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	TTK Ne151, 477	
<u>×</u>	KEФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
9	БАТОН	40	ε	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1489,6		

Negy Direcuent lay N'2 02-11.15. Musellund 17.03, 2025

ЕЖЕФИЕВНОЕ 20-ти ФИЕВНОЕ МЕНЮ

Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

C		Macca		Пищевые вещества	8	Энергети-ческая	No nonon	Срорник
прием пищи	прием пищи, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Ne pedell-iypbi	рецептур
Неделя 4 Вариант 18						, es		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	TTK Ne104	
4 4 4	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДПОМ Ne392	180/10	0,1	0	8'6	39,4	392	2011
	БАТОН	40	n	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	8'0	0,8	19,0	91,2	368	2011
	COK ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	CAJAT V3 CBEKЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5		33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	TTK Ne87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	TTK Nº67	THE CANADAM CONTROL
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4		372	2011
	хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6		
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С COУCOM (говядина) ТТК №65	20/30	9'9	7,8	15,2	143,9	TTK Ne65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	2'26		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ NE393	180/10/7	0,2	0	10	7,14	393	2011
	хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	265		
Итого за Уплотненный полдник		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:			39,5	39,8	233,8	1 408,8		

COLIACOBAHO
MICHELLICA NA
MINOCHELLICA
17, 03, 2015

ЕЖЕФНЕВНОЕ 20-ти ФНЕВНОЕ МЕНЮ

е Ковалева А.В.

Утверждаю: 000 Алеко

Зима-Осень

		Macca	Пип	Пищевые вещества		Энергети-ческая	No porton mari	Сборник
прием пищи	прием пищи, наименование опида	иорции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	Nº pedell'iypbi	рецептур
Неделя 4 Вариант 19						*		
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	9'0	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	3 TTK Ne72	(8)
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2		394	2011
1413.00	БАТОН	40	8	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	6'0	0,2	17,71	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	6'0	0,2	1,71	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	9'0	3,9		
	COLL C INFARATORIDININI PIOMESTIVINININI DE ASPRINDINI DOSTIDONE LLA NASSO	150	2,3	1,8	12,7	75,1	I TTK №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	5 TTK Ne66	
	KOMIOT N3 CYLLEHLIX ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6	-	
Итого за обед		520	19,5	15,8	56,5	448,6		
Vопотненисій попиник	KOTHETH ENTONKA IIIHAIIEAA PVEREHHHE TTK N61	20	63	8.5	15.1	144.96	TTK Ng61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203		2011
•	чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом ne392	180/10	0,1	0	8,6		392	2011
	хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			50,5	43,78	188,5	1402,76		

EXEQHEGHOE 20-mu OHEGHOE MEHIO

У Ковалева А.В.

Утверждаю: ООО Алеко

Зима-Осень

		Macca	Пищевые	Пищевые вещества	Энергети-ческая	No months	Сборник
прием пищи	прием пищи, наименование олюда	порции	Белки, г Жиры, г	ы, г Углеводы, г	, г ценность, ккал	ме рецеп-туры	рецептур
Неделя 4 Вариант 20							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	12	3,5	175,1	TTK Ne105	
	KOФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2 76,1	395	2011
	БАТОН	40	8	1,2	20,6 104,8		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	2	1,2	1,5	7,71 0	7	2011
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9 373,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	8'0	8'0	19,0	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	8,0	8,0	19 91,2		
2000	NADA MAEAUMOBAG MOUCEDBABOBAUUAG	90	90	7.6	25.7		
Насо	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТК №28	150	1,5	i e		TTK Ne28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	TTK Ne61	
		110	4,1	4,4			2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1 84,8		2011
	хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5 40,8		
	хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5 59,2		
Итого за обед		535	15,8	19	92,9 593,96		
Уплотненный полдник	помидоры соленые	40	0,4	0	6,0		
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК N832/N8354	100/30	8,5	7,6	15,9 201,4	TTK Ne32, 354	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	392	2011
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7 46		
	ПЕЧЕНЬЕ	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	1434,56		