

СОГЛАСОВАНО:

Мед. психолог *сод. с 338*



Мед. психолог

13.01.2015

УТВЕРЖДАЮ:

М.н.г. Сидорова

М.н.г. Сидорова

Сидорова И.И.

13.01.2015

Примерное 20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 3-7 лет,

24 часовой режим функционирования

Согласовано

№ 339
Детский сад № 339
г. Волгоград

Утверждаю: ООО Славия
Острокова Ю.М.

ТЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 1								
День 1								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОМ (РИСОВЫЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	374,7		
2. Завтрак								
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	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		630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	26,4	114,0	383	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин								
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (повидло) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за Ужин		480	16,9	16,6	64,4	487,9		
2. Ужин								
Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 приема		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			63,0	61,2	273,6	1 943,8		
Повар								

Утверждаю: ООО Славна

Озрокова Ю.М.



ТЕЖЕДНЕБНОЕ 20-м ДНЕБНОЕ МЕТНО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 1								
День 2								
Завтрак								
Итого за завтрак								
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак								
Обед								
Итого за обед								
Полдник								
Итого за Полдник								
Ужин								
Итого за Ужин								
2 Ужин								
Итого за 2 ужин								
Итого за день								

Novap

Согласовано

Утверждаю: ООО Славия

№ 339
 МОУ
 № 339
 1.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	РЫБА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
Итого за завтрак		445	14,4	9,8	51,8	351,7		
2 Завтрак	СОК 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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		ТТК №28
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИИ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	206,5		2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	
	Итого за Полдник	250	6,8	7,4	52,8	305,8		
Ужин	ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	20,2	137,8		2011
		530	24,5	23,6	101,0	737,1		
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		
	Итого за день:			68,2	57,9	304,3	2 057,6	

Повар

Согласовано

№ 339 от 08.08.2011 г. ~ 339

Директор ООО «Славия» Ю.М. Озорова



Утверждаю: ООО «Славия»

Озорова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 День 4 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ (ГРЕЧЕВОМ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №303	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	303	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №308	200	0,8	0,8	19,0	91,2	308	2011
	Итого за завтрак	637	12,7	13,7	63,6	440,5		
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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОЛОВНИИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №83	
	ТЕФЕЛИ 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
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИНГОВСКИЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за обед	730	24,7	21,2	99,3	701,6		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОМИДОР, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Итого за Полдник		250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин	КОЛЕСА РУБЕЛЬНИЧАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №303	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	303	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Итого за Ужин	442	17,8	16,8	63,1	481,9		
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:			65,4	59,3	310,6	2 074,8		

Повар

Утверждаю: ООО Славия

Озрокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м и ДНЕВНОЕ МЕЛКО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 1								
День 5								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕ ИЛИ 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	3,7	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 БЕЛОКАЧНОЙ 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	
	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	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНОЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	40,0		
	Итого за обед	630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397	2011
	Итого за Полдник	250	7,7	8,2	53,7	321,1		
Ужин								
	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 ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	86,3	368	2011
	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		

Согласовано

№ 330
Дир. Волгодонского Ц.С.



Утверждаю: ООО Славия
О.К. Озрокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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								
День 7								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	50,5		
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	240,4	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			43,0	24,3	32,0	426,9		
2. Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый №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	0,0	1,2	6,8		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Макаронник с мясом или печеню (говядина) с соусом томатным ТТК №348	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №348	2011
	Компот из свежих плодов №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед			40	2,6	17,0	81,6		
	Хлеб пшеничный	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Полдник	Печенье шоколадное	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	Напиток из плодов шиповника №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
Итого за Полдник			250	4,5	57,3	306,6		
Ужин	Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Ужин			480	18,7	62,9	517,0		
2. Ужин	Кефир №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин			180	5,1	4,4	92,5	
Всего за день:			73,1	69,6	264,2	2032,6		

Повар

Согласовано

 МОУ «Детский сад № 339»
 г. Волгоград

Утверждаю: ООО Славна

 Озрокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8	Завтрак	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №63	2011
	КАША ЖИДКАЯ (МАНАРА) ТТК №63	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	363	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	346,0		
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 СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №68	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №68	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	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	90,6	612,4		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/110	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 МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	363	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
Итого за Ужин		452	22,8	19,0	72,3	558,7		
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:			68,4	52,2	284,4	1 909,5		

Повар

Согласовано

Утверждаю: ООО Славна
Озрокова Ю.М.

РЕЖИТИЕВНОЕ 20-м ДАВЕВНОЕ МЕШО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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								
День 9								
Завтрак								
	КАША ЖЕЛТОЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	10	2,3	0,0	3,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	432,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		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 МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНЬИ С РИСОМ ТТК №68	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	
	КРЕСЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		640	25,9	19,9	66,8	634,7		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Ужин		450	31,9	21,8	70,3	632,5		
2 Ужин								
Итого за 2 ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			87,0	62,7	281,8	2 072,5		

Согласовано

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

№ 339

Утверждаю: ООО Славия

Озорова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прим. пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 10 Завтрак	ИЮРА КАЛАЧОВАЯ 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 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 завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	10,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,8	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОНИКАМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЫОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,0	15,7	90,0	ТТК №88	
	ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №386	200	3,1	2,4	17,0	103,1	386	2011
Итого за Полдник		250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Ужин	КОТЛЕТА БИТОЧКА, ШВИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,3	71,0		
Итого за Ужин		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
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	76,1	279,8	2 151,5		

Повар

Утверждаю: ООО Славия

Острокова Ю.М.

Ф.Ж.ФОНТЕРНОЕ 20-м и ДНЕВНОЕ МЕНО

Вестна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 3								
День 11								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	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	382,2		
2 Завтрак								
	ЯБЛОКА, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСЯНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНЫ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫЮ (говядина) 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
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		670	23,9	11,8	105,8	648,7		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №497	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	КУРЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	114,0	383		2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	251,3		
Ужин								
	КАРТА ПОСКОЛЬНАЯ ИЛИ МОСКОВСКАЯ (МОСКОВСКАЯ) №64	50	1,1	2,4	5,6	40,9	54	2011
	КОТЛЕТА РУБЕЛЬНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №42/№355	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	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		552	19,5	20,7	69,7	556,8		
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			63,3	55,4	319,8	2 098,5		
Повар								

Утверждаю: ООО Славна

Озрокова Ю.М.

РЕЖИМЕННОЕ 20-м и ДИЕТОНОЕ МЕДИКО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 3 День 12 Завтрак	КАША ЯЧМЯКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395			
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30±20	2,3	3,7	27,4	156,7	2			
		435	13,2	11,6	73,5	437,4				
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399			
	Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4				
	Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ 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	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1		ТТК №67	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНИКИ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6		383	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		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				
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		2011		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397			
	Итого за Полдник	250	7,7	8,2	53,7	321,1				
	Ужин	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,6			ТТК №77
		КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	135,8			
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3		125	
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	190	0,6	0,3	16,1	88,3		398	
		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				
Итого за день:			80,6	76,0	323,1	3 340,0				

Утверждаю: ООО Славна
Озрокова Ю.М.

ТЕЖЕДНЕБНОЕ 20-м ДНЕБНОЕ МЕСЯЦЕ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 13								
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								
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	10,6	83,4	399	2011
Обед								
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ПЕФИЛЛИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		720	21,9	20,1	89,2	636,7		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
Итого за Полдник		250	4,7	3,3	49,7	259,0		
Ужин								
	СУП ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
	КАША РАССЛАБЛЕНАЯ С ОВОЩАМИ (Рисовая)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, 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		
Итого за Ужин		450	18,1	10,7	67,7	447,1		
2. Ужин								
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за день		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за день		64,1	48,9	310,3	976,4			

Полар

Согласовано: М.В. Садыржанов сод. 339



Утверждаю: ООО Славна
О.А. Озрокова Ю.М.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 14 Завтрак	ИГРА КАШАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	50,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	240,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	36,4	392	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	ГОЛУБАДЫ ЛЕНИВЫЕ, ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПРОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКИНГОВСКИЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		660	20,0	17,4	71,0	533,3		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	36,4	392	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ), №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	ФРИКАДЕ ЛЬДЫ В СОУСЕ (овощная), ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,8	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Ужин		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Ужин		490	20,4	20,4	78,2	600,9		
2 Ужин Итого за 2 ужин Всего за день:	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар			68,6	70,3	241,4	1 917,5		

Согласовано

№ 339

Итого за день

Утверждаю: ООО Славия

Озорокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 3								
День 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫМ (ПРЕЧЕВЫМ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
	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 (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	КАША КАЧАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011
	СУП С КРУПЫМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КРАСЬЕ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКАРИ ВАРЯЧАЯ	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		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №304	200	3,0	2,5	15,6	97,3	304	
Итого за Полдник		250	7,0	5,5	45,2	258,2		
Ужин	КОТЛЕТЫ БАТОНОВЫЕ ШРИМФОВЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
Итого за Ужин		432	17,3	21,3	53,5	493,7		
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:			80,9	81,5	275,7	2 192,4		

Повар

[illegible]

Утверждаю: ООО
Озроко

Весна-Лето

РЕЖИТИВНОЕ 20-м и РЕЖИТИВНОЕ МЕЛКО

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 4 День 16 Завтрак								
	КАША ЖАДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	36,7	213,4	ТТК №105	
	КОРЕННАЯ 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	150,7	2	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		455	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 СВЕЖИЙ	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	13,8	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
	ХЛЕБ ПЕХЛЕВАРИНЬИ	40	2,6	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	167,3	467	2011
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	29,4	114,0	383	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	
	ТЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
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		
Итого за день:			62,8	49,1	262,0	846,8		

до 3000

Согласовано

Утверждаю: ООО Славия

Озрокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 4								
День 17								
Завтрак								
	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	192,2	ТТК №102	2011
	ЧАЙ с МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	БУТЕРБРОД с СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2. Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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 БЕЛОКАЧАНОЙ 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 (овощная) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
	КИСЕЛЬ из ПОПИИЛЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕРЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		685	21,2	24,6	93,7	696,8		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		2011
	ЧАЙ с САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	247,9		
Ужин								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СПАДЛОМ с ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/60	28,1	21,3	30,1	436,7	ТТК №151, 477	2011
	ЧАЙ с ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за Ужин		452	31,7	22,6	63,2	599,3		
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:								
			72,7	72,9	287,5	2 145,1		

Повар

Согласовано

08.09.2017 г.

Ирина Савицкая

Министр образования и науки
Муниципального района "Волжский район"
г. Волгоград

Утверждаю: ООО «Славия»
О.А. Озрокова Ю.М.

Э. В. Озрокова Ю. М.

РЕЖИМЕННОЕ 20-м и ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18 Завтрак	КАША ЖИДСКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180-5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	302	2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
	Итого за завтрак		400	12,1	9,2	51,2	337,0	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	3099	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	3658	2011
	Итого за 2 завтрак	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №333	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	26,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КОМПОЗИТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЕЧАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	46,0	9,7		
		620	38,0	39,1	86,6	857,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	МЯСЦЕ ЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №363	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
	Итого за полдник	250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за ужин		467	14,8	18,4	45,6	427,6	
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		75,9	75,1	287,0	2 163,8		
Всего за 2 день								
Всего за 2 день								

Согласовано

№ 339
 Волжский районный суд
 № 339
 Волжский районный суд
 № 339

Утверждаю: ООО Славия
 Озрокова Ю.М.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 19 Завтрак	ИЖРА КАБЛАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	240,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №24	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №395	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
	ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	Итого за обед	670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Полдник Итого за Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	103,1	395	2011
Ужин Итого за Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №352	190/10	0,1	0,0	9,8	30,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за ужин	450	22,1	21,0	72,8	579,3		
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		

Утверждаю: 000 Славна

Озрокова Ю.М.

ЭКСПЕРИМЕНТ 20-м и ДИФЕРЕНЦИАЛЬНЫЙ

Весна-Лето

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

Всего за день:		80,6	76,1	279,8	2 151,5
----------------	--	------	------	-------	---------

Повар

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 20								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ), ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	КОРЕЙСКИЙ НАЧИНТОК С МОЛОКОМ №365	200	3,1	2,4	17,1	103,1	365	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 (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								
	ЯИРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ, ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БАТОНЧИКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ, ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕВАЧЬИЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		680	24,5	28,4	112,8	816,1		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8		
Ужин								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №362	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	362	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Ужин		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
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		
Итого за день:			67,8	63,1	319,5	160,6		

Novap