



Согласовано
Федеральный центр безопасности пищевой продукции
Институт питания
Российская академия наук
ФГБУН ИППиС РАН
Сектор питания
№ 8
Секретариат
г. Москва

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
Неделя 4										
Вариант 19										
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011		
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3				
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2				
	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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	2011		
	САЛАТ ИЗ ПИЩЕВЫХ ВОДЯНИСТО-КРУПЯЩИХ ОВОЩЕЙ ТТК №89	150	2,3	1,8	12,7	75,1				
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5				
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5				
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,5	ТТК №376	2011		
		520	19,5	15,8	56,5	449,5				
Уплотненный полдник										
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ 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				
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4				
	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				

Повар

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алтеко

КОВАЛЕВА А.В.



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

Повар _____

Утреджиаюз ООО Ајтеко

Кобалева А.В.

РЕЖИССЕРНОЕ 20-е ДНЕВНОЕ МЕСТО

Весна-Лето

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



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								
Завтрак								
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	5,0	23,7	163,5	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ГОРЦЫНСКИЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	365	7,7	10,4	48,0	321,2		
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								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	94,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед	545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Успокоительный полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за Успокоительный полдник	400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1489,6		

Повар

УТВЕРЖДАЮ: 000 Аяко

Ковалева А.В.

Indragyeni Rudy Deni
Indragyeni Rudy Deni

РЕЖИССЕРСКОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕСТО

Вечна-Лето



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

Прим. 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 16								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕИНЫЙ 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 (ФЕЛОКО) №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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЦИП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМОТ ИЗ СЫЛЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Употребленный полдник								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	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		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Употребленный полдник		420	14,5	16,5	66,1	430,3		
Всего за день:			49	43,4	224,5	1465,8		

Повар

Согласовано
Заведующий отделом
детской поликлиники
№ 8
Советского района
ИИН 3460078178
Республика Беларусь
г. Витебск

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ПРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106
		КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
		СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
	Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4	
2. Заведать	Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
			200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед		Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
		СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44
		Плов из пшеницы ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67
		Кусель из повидла, джема, варенья №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383
		Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за обед		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46	
			500	16,2	20,7	88,2	563,4	
Уплотненный полдник		Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61
		РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344
		Чай с лимоном №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46	
		Булочка вешушка №473	50	4	3	29,6	160,9	473
Итого за Уплотненный полдник			427	14	15,9	75,2	491,26	
Всего за день:				42,3	46,1	229,4	1459,26	

Повар _____

Утверждаю: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

Делегация от
Чувш. Делегация от
Советского района
№ 8

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЧНО

Весна-Лето

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

Примем пищи Неделя 3 Вариант 14	Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НА ТУРАДЫНЬИ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	190,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	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
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-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	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	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 (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	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	44,9	215,6	1 484,5		

Повар



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

Весна-Лето

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю: ООО 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			
Прием пищи Неделя 3 Вариант 12	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104
		КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
			355	11	10,1	62,2	387,2	
2 Завтрак	СОК РЕБЛОЧНЫЙ №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	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	
	КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	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		

Повар

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алрео

12057



куширования

Прем пищи Неделя 3 Вариант 11	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (рисовой) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	КОРЕМНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	Сыр (ГОРЦИСМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	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	БЕЛОКИ, 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	30	0,3	0	0,7	4,1		
	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	
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	20,1	10,3	79,5	511,2		
Уплотненный подлник	Икра СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
	Пюре КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	Чай С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	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 подлник		487	15	18	76,4	517,1		
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473		

Повар _

Согласовано
Индивидуальное
Образовательное
Учреждение
№ 8
Средняя общеобразовательная
школа № 8
г. Волгоград
ИНН 3460071811
Россия, г. Волгоград

Утверждаю ООО Алеко
Ковалева А.В.
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето
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 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная), ТТК №105	150	7	35	28,1	175,1	ТТК №105	2011
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак			350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
			180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	
Итого за обед		ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
			40	2,6	0,4	17	81,6		
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ/И	40	13,5	19,5	62,3	488,9		
Итого за обед			515						
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/60	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	2011
		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник			400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Всего за день:				53,8	45,3	198,9	1491,6		

Повар _____

УТВЕРЖАЮ: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

ЕЖЕГОДНЕЕ 20-е ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Прем пищи	Прем 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 НАТУРАЛЬНЫМ 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	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЙНЫМ) №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 РЕЛОЧНО-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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКТЕВАНИИ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за обед		560	22,1	12	86,8	563,4		
Уплотненный полдник	ТЕОТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №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		

Novap



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	7
		СЫР (ТОРЦИНИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	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
Обед	Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
		ОТУПЕЛ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №8	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88
		ГОЛЫВЦЫ 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
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	2011
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	
			640	15,3	12,9	69,2	463	
Успокоительный полдник		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	150/73,5	0,1	0	7	29	393
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	2011
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	157,3	467
	Итого за Успокоительный полдник		400	16	22,3	89,5	586,6	
	Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5	

Повар _____

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алеко

Ковалева А.В.

РЕЖИССЕРНОЕ 20-е ДНЕВНОЕ СРЕДНО

Весна-Лето

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 1								
Вариант 5								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №355	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 Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	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	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКТЕВАННЫЙ	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		
Уплотненный								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, БЯТОКРЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	86,3	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		

Повар _



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак Неделя 1 Вариант 4	СУТ МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ПРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	7
	СЫР (ГОРЦЫМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
Итого за завтрак		565	10,3	7,9	64,2	375,4	
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	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТОМ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88
	БУЛЬОНЕ ТТК №88	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
		660	16,1	14,4	84,1	521,6	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	БУЛОЧКА ВЕСИЩКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473
Итого за Уплотненный полдник		420	14	14,4	72,8	460,8	2011
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9	

Повар

УТВЕРЖДАЮ: ООО Аяко

100

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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 1								
Вариант 3								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (молочная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		405	13,2	9	47,2	323,4		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №389	180	0,9	0,2	17,7	75,1	389	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ТТК №79							
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		640	14,6	12,1	58,5	426,7		
Уплотненный полдник								
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		440	15,4	17,8	83,2	549,76		
Всего за день:			44	39,1	206	1402		

Повар



Исходный № 8
Выдана

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алго
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
Неделя 1 Вариант 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОМ (ПРИСОВОИ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	3	1,2	20,6	104,8	1	2011
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	59,8	530,5		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №85	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №85	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	50	4,1	3,9	28,9	167,3	457	2011
Итого за Уплотненный полдник		445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Всего за день:			48,0	44,6	199,9	1395,6		

Пловар _____