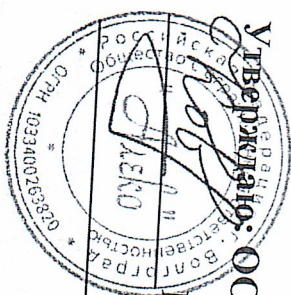


СОГЛАСОВАНО

Директор ИИИХ Шилин +
Л. В. Гавра



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето



Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	420	9,7	14,4	45,8	374,7		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	650	27,7	21,8	89,9	673,1		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,7	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		530	21,0	20,5	93,3	654,8		
Повар	<i>Исхмиева А.С.</i>		59,4	56,9	268,8	1 802,4		

Согласовано

Директор ИИИЧ

И.А. Гавриленко



Утверждено: 0000 Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 2								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	420	12,1	9,2	51,2	337,0		
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ							
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ							
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед		30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	37,9	38,5	85,8			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ							
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Всего за день:		487	20,2	13,0	76,9	514,4		
Повар	<i>Кухарева Е.С.</i>	72,0	61,7	252,5	1 874,2			

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ ШШ №1
И.А. Говак

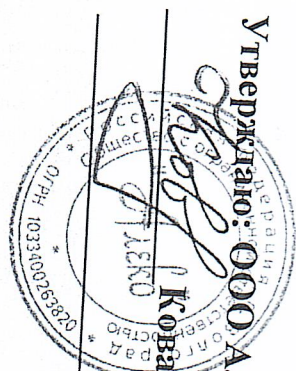


ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Утверждено: ООО А.А.А.А.

Ковалева А.В.



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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	213
2 Завтрак		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	445	14,4	9,8	51,8	351,7	2011
	Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28
Итого за обед		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	10,0	6,8	25,3	41,7	393
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	46,0	2011
		ХЛЕБ ПЕКОПЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	81,6	
Уплотненный полдник		ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40	2,6	0,4	17,0	487,1	
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166
		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
		Всего за день:	60	4,0	3,0	29,6	160,9	473
Повар			580	28,5	26,6	130,6	898,0	2011
			60,3	49,1	274,1	1 820,2		

Согласовано

Директор ЛОР-клиник
Л.А. Савва



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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	№ рецеп-туры	Сборн реценг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ						
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3
	Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		637	12,7	13,7	63,6	440,5	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6	83,4	399
		200	1,0	0,2		19,6	83,4	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0		1,4	8,1	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9		13,6	110,3	ТТК №43
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4		11,0	205,3	ТТК №65
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4		31,1	188,4	205
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0		15,5	61,9	376
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4		17,0	81,6	
Итого за обед		20	1,5	0,1		9,7	46,0	
		730	24,7	21,2		99,3	701,6	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6		11,5	197,9	ТТК №62
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9		18,5	124,4	321
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0		9,8	39,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3		25,1	118,4	
	БЛЮЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0		29,6	160,9	473
Итого за Уплотненный полдник		500	22,1	18,8		94,5	641,0	
Всего за день:			60,5	53,9		277,0	1 866,5	
Повар <i>Дефилета А.С.</i>								

Согласовано

Директор МНОУ "Центр
Л. А. Совак



Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Весна-Лето

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборт рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	Итого за завтрак	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	2 Завтрак	435	13,2	11,6	73,5	457,4		
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	28,7	102,6	383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		610	35,4	36,1	90,1	833,0		
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	Итого за Уплотненный полдник	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Всего за день:		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
			66,3	63,3	252,7	1 880,4		

Повар Кухаренко Л.В.

1109 Hill
Hill No. 1109
Hill No. 1109

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-МИНУТНОЕ МЕЛКОЕ
Ресничное

Утверждено: 000

КОВАЛЕВА А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн. рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ							
	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за завтрак	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		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							
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,5	0,1	9,7	46,0		
Всего за день:		467	24,9	22,1	88,3	659,3	467	2011
Повар	И.С.	61,2	47,0	254,7	1810,9			

Согласовано

Ведущий врач
И. А. Смирнов

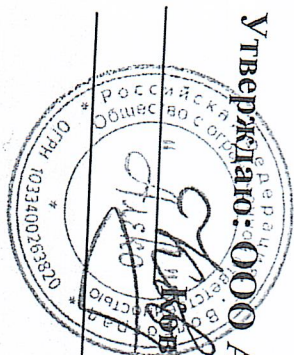


ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Утверждено: 0000 Алеко

А. В. Корсаева
Корсаева А.В.



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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 2 Вариант 7	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		
	Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый							
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	Помидоры соленные	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Компот из свежих плодов	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	Хлеб пеклеваный	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Уплотненный полдник	Тефтели с соусом (говядина)	655	25,1	15,8	85,4	606,2		
	Пюре картофельное	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	Чай с молоком или сливками	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	Хлеб пшеничный	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Булочка веснушка	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Итого за Уплотненный полдник	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Всего за день:		530	22,7	22,7	92,5	677,9		
Повар	<i>Кухарева А.С.</i>		67,5	63,0	229,5	1794,4		

СОГЛАСОВАНО

Директор *Ильин*

И.А. Совак



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето



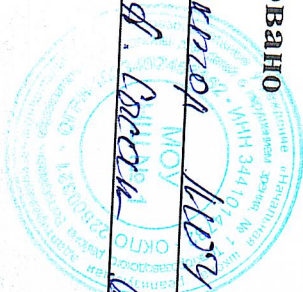
Утверждено: 000 Алеко
Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 8	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
	Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	417	12,1	8,1	56,8	348,0		2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		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		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Повар	<i>Ильин</i>	61,2	47,0	254,7	1 810,9			

Согласовано

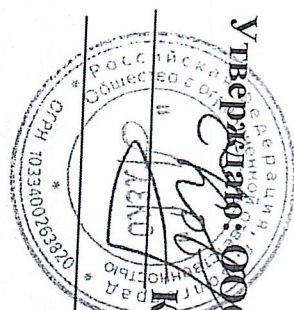
Директор МОУ "Школа № 1"
Л. В. Сорокин



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено: 0000 Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборт рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	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
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
		Итого за завтрак	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	400	17,9	12,5	59,4	422,7	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28
		ХИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
Итого за обед		50	3,3	0,4	21,2	102,0	46,0	2011
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	640	26,9	19,9	86,8	634,7	2011
		КЕФИР	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477
		БАТОН	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401
		Итого за Уплотненный полдник	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
		Всего за день:	450	37,1	26,3	64,9	663,5	
Повар		82,9	58,9	230,7	1 804,3			

Ковалева А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор *Игорь Александрович*

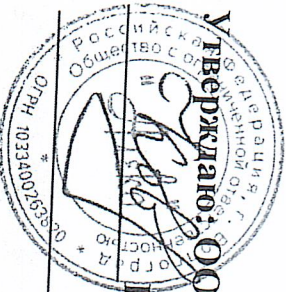
И.А. Седук



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено: 0000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10	Завтрак	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 молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394
	Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Всего за день:		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Повар	<i>Ирина Ивановна</i>	68,6	64,4	218,6	1 807,4			

СОГЛАСОВАНО

Н.Ф. Ковалева

Н.Ф. Ковалева



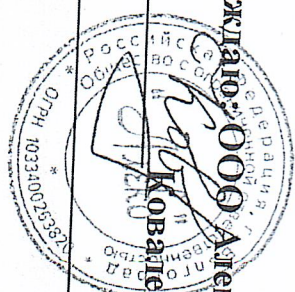
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко

Н.Ф. Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецелг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	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	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	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 СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348		2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372		2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		670	23,9	11,8	105,8	648,7			
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54		2011
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	35	2,7	0,2	17,6	82,9			
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		2011
		602	23,6	24,6	98,6	724,1			
	Всего за день:		58,1	51,0	284,4	1 892,0			
Повар	<i>Н.Ф. Ковалева</i> А.В.								

СОГЛАСОВАНО

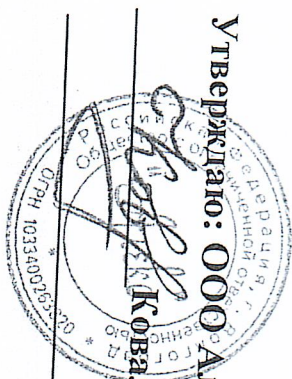
Директор МОУ ДШ №1

В.В. Рогова



Утверждаю: 000-Алеко

А.В. Ковалева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

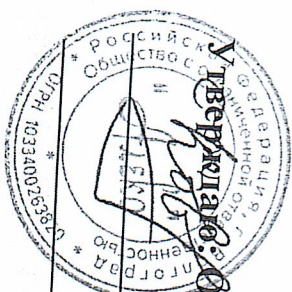
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Неделя 3								
	Вариант 12								
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011	
2 Завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4			
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ								
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед									
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ								
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87		
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67		
	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		610	35,4	36,1	90,1	833,0			
Уплотненный полдник									
	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	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	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
Итого за 20-ти дневное меню		470	16,7	15,4	69,5	506,6			
Всего за день:			66,3	63,3	252,7	1 880,4			
Повар	<i>Кудашкина Е.С.</i>								

Согласовано

Высказываю *Мозг* *Ковалева*
А.В. Ковалева
 МОУ
 № 1
Олеся



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето



Утверждаю: 0000 Алеко
 Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Неделя 3 Вариант 13	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор рецепт
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	415	13,3	10,2	77,1	457,7		
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
Итого за обед		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Уплотненный полдник			720	21,9	20,1	89,2	636,7		
		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	166	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	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 Уплотненный полдник			50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Всего за день:			500	22,1	13,7	97,3	608,0		
Повар			58,3	44,2	283,2	1785,8			

Ковалева А.В.

Согласовано

Директор ИОУ Школы

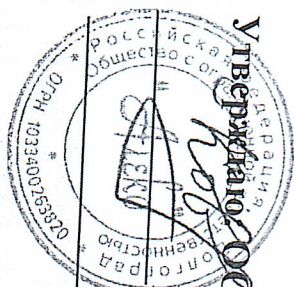
И.Ф. Ковалева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено 2000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 14	Завтрак	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	190/70	0,1	0,0	9,8	39,4	392
	Итого за завтрак	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
2 Завтрак		Сок яблочно-абрикосовый	420	17,9	24,0	26,9	400,7	
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Обед		Помидоры соленные	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
		Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	50	0,6	0,0	1,2	6,8	
		Голубцы Ленивые	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28
		Компот из свежих плодов	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75
Итого за обед		Хлеб пшеничный	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
		Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
			20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			640	19,6	16,6	69,6	516,3	
Уплотненный полдник		Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60
		Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
Итого за Уплотненный полдник		Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
				23,4	21,9	101,5	718,3	
			490	61,9	62,7	217,6	1 818,7	
								2011
Всего за день:								
Повар	<i>И.Ф. Ковалева</i>							

Согласовано

Директор МОУ ЦСД

1. А. Гавриш



Утверждено: 0000 Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбори рецен
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	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)	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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОГТЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Всего за день:		447	16,9	21,3	51,0	481,8		
Повар	Гавриш А.В.	68,4	71,6	221,0	1 829,8			

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Школа № 4"

И.А. Савва



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждено ООО Алеко

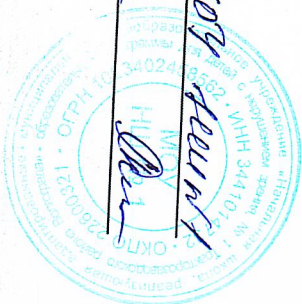
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбори реценг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16	Завтрак							
		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
	Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БЛОКО)	455	15,2	10,9	90,5	525,6	
Итого за 2 завтрак			200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
Итого за обед			30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Уплотненный полдник		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	630	21,7	20,6	76,1	580,7	
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2011
Итого за Уплотненный полдник			50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
Всего за день:			490	21,8	14,6	80,4	548,4	2011
Повар	<i>Исхученко Е.С.</i>		59,5	46,9	266,0	1 745,9		

Согласовано

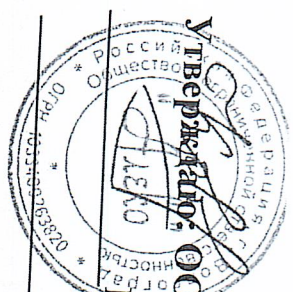
Врач педиатр Ирина Николаевна

И. В. Влас



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

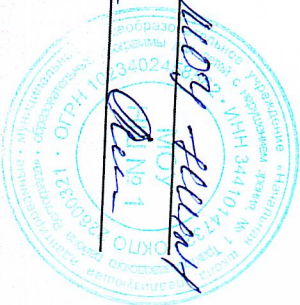


Утверждает: ООО Алеко
Ковалева А.В.

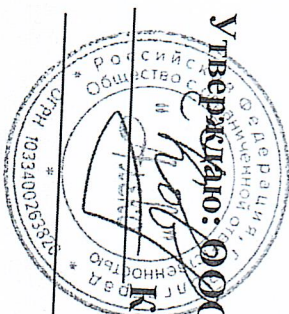
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор-рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17	Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ	405	9,8	16,2	57,0	425,4		2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		2011
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		685	21,2	24,6	93,7	666,6		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	БАТОН	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Всего за день:		480	36,7	27,4	58,5	647,3		
Повар	<u>Ирина Николаевна</u>	68,7	68,4	228,8	1852,7			

Директор ИОУ-ПММ
И.Ф. Брава
Дир.



КОВАЛЕВА А.В.



Весна-Лето

Прием пищи

Прием пищи, наименование блюда	Дата	Время	Содержание
Завтрак	10.05.2024	08:00	Омлет, каша, фрукты
Обед	10.05.2024	12:30	Суп, курица, гарнир
Полдник	10.05.2024	15:30	Фрукты, йогурт
Ужин	10.05.2024	19:00	Стейк, овощи, картофель
Завтрак	11.05.2024	08:00	Омлет, каша, фрукты
Обед	11.05.2024	12:30	Суп, курица, гарнир
Полдник	11.05.2024	15:30	Фрукты, йогурт
Ужин	11.05.2024	19:00	Стейк, овощи, картофель

Масса
популяции

Белки, г

Жиры,

Углероды, г

Энергетическая
ценность, ккал

№ пелен
туры

Сбор-
реценз

Неделя 4
Вариант 18

КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУТЕСОВАЯ)

СЫР (ТОРЦИЯМИ)

Итого за завтрак

Б	А	Т	О	Н
---	---	---	---	---

23 Завтрак

ФРЯГІТЫ СВЕЖІЕ (ЯБЛОКО)

Итого за 2 забтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Обет

САЛИАТ ИЗ СВЕКЛЫ

ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ

КЛЕВ ПЕКЛЕВАНИЙ

ОБЩЕСТВЕННЫЙ

1000 за обект

плотный полдник

ЕФИ ЕЛИ С СОУСОМ (говядина)

А) У ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)

ПЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ЛДНИК

его за день:

ପ୍ରାୟ

Reference R.C.

СОГЛАСОВАНО

Высетен *10.04.2011*

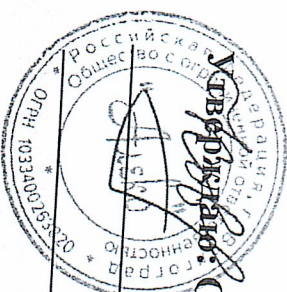
Л.В. Васек



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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	№ рецеп-туры	Сборг рецент
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 19	Завтрак	ИЖРА 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 МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСОВЫЙ	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед			50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник		КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЧНЕВАЯ)	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за день:			30	2,3	0,2	15,1	71,0		
			450	22,1	21,0	72,8	579,3		
				68,6	64,4	218,6	1 807,4		
Повар									

Ковалева А.В.

Согласовано

Врачом *М.В. Семенов*
Л.А. Семенов



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Весна-Лето

Весна-Лето



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

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбор-рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
Итого за завтрак	БАТОН	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
2 Завтрак		50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	430	15,2	8,1	78,5	447,5		
Обед		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Икра кабачковая консервированная	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	Макаронные изделия отварные с маслом	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	Кисель из повидла, джема, варенья	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	Хлеб пеклеваный	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		680	24,5	28,4	112,6	816,1		
Уплотненный полдник	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Фрикадельки вкусушка с соусом сметанным с томатом	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011
Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Всего за день:		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
Повар	<i>Семенов М.В.</i>	55,7	51,3	259,7	1 762,3			