

СОГЛАСОВАНО

*Заведующий Лечебным
Дет. Домом № 1*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алёко
Ковалева А.В.
18.03.2011

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2 Вариант 6							
	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	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 (ПОРЦИЯМИ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)							
2 Завтрак		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		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	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		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ							
Уплотненный полдник	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	363	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,5		

Посар *Литвиненко О. В.*

Согласовано

Заведующий

Труфанова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

17.03.15

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 Вариант 5	Завтрак	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
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
			435	13,2	11,6	73,5	457,4	
	Итого за завтрак							2111
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	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
	Итого за обед		50	3,3	0,4	21,2	102,0	2011
			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 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
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398
	Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2	20,1	94,7	2011
Всего за день:		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
Повар	<i>Александров В.В.</i>	66,3	63,3	252,7	1880,4			

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

14.03.22

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	Итого за завтрак	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	Итого за обед	720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ ИЛИ СЛИВОМ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Итого за Уплотненный полдник	467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9		
Повар <i>Шеф-повар</i>								

200
 200

Вечна-Лето

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

КОВАЛЕВА А.В.

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			
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	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7	7	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,8	634,7		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Всего за день:		450	37,1	26,3	64,9	663,5		
Повар	Зверева В.В.		82,9	58,9	230,7	1 804,3		

Согласовано

И.В. Ковалева

Договор № 1

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

06.06.2015

Утверждено: ООО Алёко

Ковалева А.В.

Александр 14.03.2015

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 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
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
	Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак		Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
		Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед		Огулец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		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 рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
	Итого за Уплотненный полдник		450	22,1	21,0	72,8	579,3	
	Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1 807,4	

Повар

Иванова С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий, МБОУ ДОУ
Друж А.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

09.06.25

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.



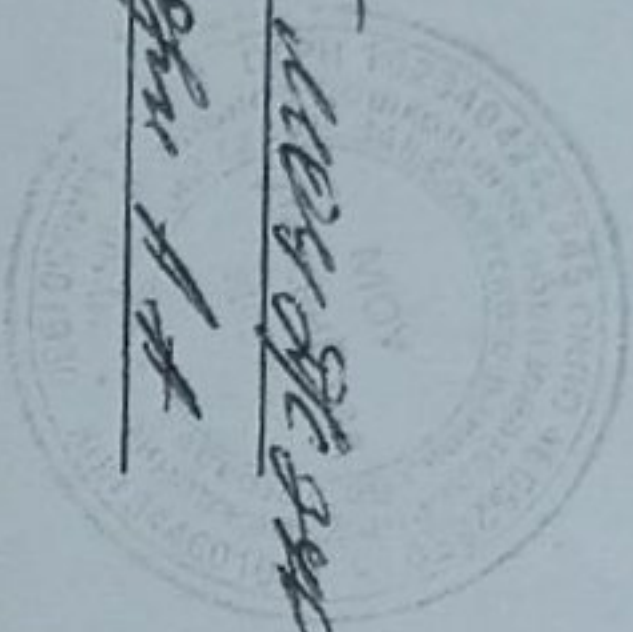
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011
	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 СВЕЖИЕ	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	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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 СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	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

Шустерова В.В.

СОГЛАСОВАНО

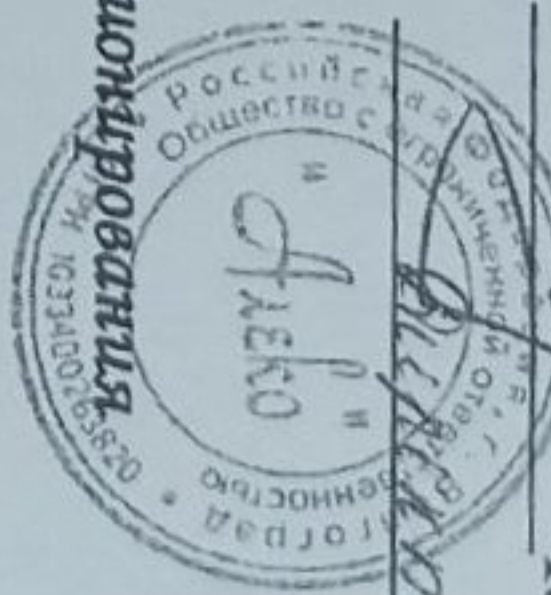
Воспитатель
Трун А.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Утверждаю: 000 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			
Завтрак Неделя 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	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
	Итого за завтрак	435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	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
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		610	35,4	36,1	90,1	833,0		
Уплотненный полдник	ИГРА 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
Итого за уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
Всего за день:			66,3	63,3	252,7	1880,4		

Повар *Александр А.В.*

СОГЛАСОВАНО

В.А. Ковалева

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

11.06.25

Утверждено ООО Алеко
Ковалева А.В.
14.03.25

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 13	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
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
			415	13,3	10,2	77,1	457,7	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	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
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	2011
		Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
			720	21,9	20,1	89,2	636,7	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150	3,9	3,9	39,7	214,1	166
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
		Итого за Уплотненный полдник	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473
Всего за День:			500	22,1	13,7	97,3	608,0	2011
Повар	<i>Директор А.В.</i>			58,3	44,2	283,2	1785,8	

Согласовано

Indiguncius, New York

Dr. J. H. A. H.

ДЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЦЮ

Весна-Лето

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

16.0625

УТВЕРЖДАЮ: 9000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

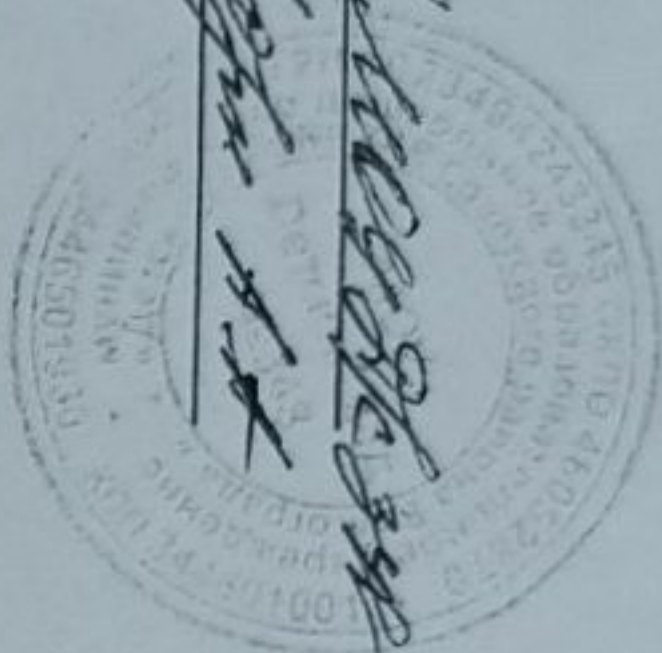
Butler

17,03,28

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 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	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	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	Сок яблочно-абрикосовый	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		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		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	
	Макароны из твердых сортов пшеницы с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	Хлеб пшеничный	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		490	23,4	21,9	101,5	718,3		
Повар	А. В.		61,9	62,7	217,6	1 818,7		

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
Друж. Д.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Утверждаю: 000 Алеко
Ковалева А.В.
Алеко
17.03.13

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

17.06.13

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		СЫР (ТОРЦИМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8	2011
	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	
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	Хлеб пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №51	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		447	16,9	21,3	51,0	481,9		
Всего за день:			68,4	71,6	221,0	1 829,8		

Повар *Дружнев А.В.*

Согласовано

В.А. Ковалева
Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алёко
Алёко
Ковалева А.В.
17.03.25

18.06.25

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			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	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
			455	15,2	10,9	90,5	525,6	
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	70,2	ТТК №47
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	241,5	ТТК №66
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	55,8	376
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	81,6	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	125,1	
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	2,9	22,3	580,7	
Итого за обед		630	21,7	20,6	76,1			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
Итого за Уплотненный полдник		490	21,8	14,6	80,4	548,4		2011
Всего за день:			59,5	46,9	266,0	1745,9		

Повар *И.А. Ковалева*

Indepence West St. 247
Dor
John H. A.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

19.06.25

УТВЕРЖАЮ: 000 Алеко

Ковалева А.В.

14,03.28

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			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	2011
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	405	9,8	16,2	57,0	425,4		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ФРИКАДЕЛКИ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	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	696,6		
Уплотненный полдник	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Всего за день:		480	36,7	27,4	58,5	647,3		
Повар	Печенева А.В.	68,7	68,4	228,8	1 852,7			

Согласовано

Васильева А.В.
18.03.18

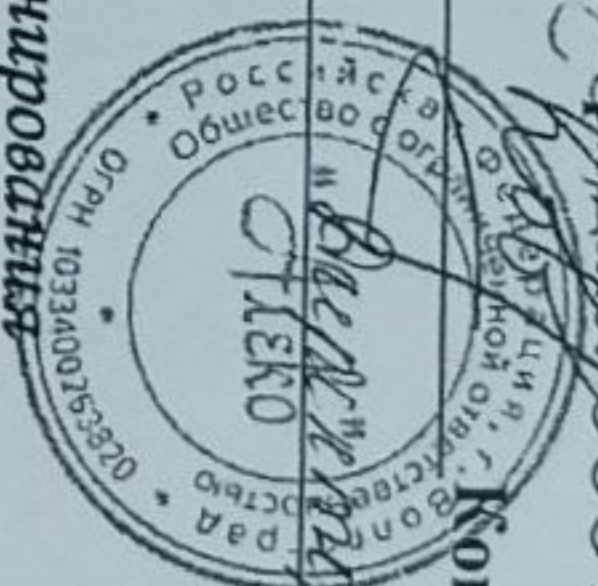


ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко
Васильева А.В.
18.03.18



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18	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
		БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
	Итого за завтрак		25	1,9	0,7	12,9	65,5	2011
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	420	12,1	9,2	51,2	337,0	
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
	Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
	Обед		400	1,8	1,0	38,6	174,6	2011
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2011
			20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			610	37,9	38,5	85,8	848,2	
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	2011
Итого за Уплотненный полдник			467	14,8	18,4	45,6	427,6	
				66,6	67,1	221,2	1787,4	
Всего за день:								

Повар *Васильева А.В.*

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделом
Топи д.д.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.



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 Вариант 19	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
			430	21,6	26,8	37,8	484,8	
	2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
			200	1,0	0,2	19,6	83,4	
	Обед	Огулец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
Итого за обед		Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
			50	3,8	0,3	25,1	118,4	
			670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник		Котлеты, биточки, шницели рубленые	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
		Хлеб пшеничный	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
Итого за день			30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
			450	22,1	21,0	72,8	579,3	
				68,6	64,4	218,6	1 807,4	

Повар *Ковалева А.В.*

СОГЛАСОВАНО

С.В. Давыдов

Давыдов С.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	ТТК №105	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
	Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5	
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		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
		Итого за обед	680	24,5	28,4	112,6	816,1	
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
		ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2011
Итого за Уплотненный полдник		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
Всего за день:			55,7	51,3	259,7	1762,3		

Повар *Александр В.В.*

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделом
Дружбы

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

25.06.25

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			
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак	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
	Бутерброд с маслом	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	Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	Жаркое по-домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		650	27,7	21,8	89,9	673,1		
Уплотненный полдник	Тфтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	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 Уплотненный полдник	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Итого за Уплотненный полдник	530	21,0	20,5	93,3	654,8		
Всего за день:			59,4	56,9	268,8	1 802,4		

Повар *Заведующий А.В.*

Согласовано

Заведующий отделом

Директор

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Утверждаю: 0000 Алеко

Ковалева А.В.

14.03.2015

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

26.05.15

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Неделя 1 Вариант 2	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 (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
			420	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		Итого за 2 завтрак	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед			610	37,9	38,5	85,8	848,2		
Уплотненный полдник		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник			487	20,2	13,0	76,9	514,4		
Всего за день:				72,0	61,7	252,5	1874,2		

Повар *Шевченко В.В.*

Утвърждава: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

РЕЖИДНЕРНОЕ 20-ти ДНЕРНОЕ МЕЛЮ

Весна-Лето

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

27.05.25

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 (МАННАЯ)	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	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
Итого за завтрак		445	14,4	9,8	51,8	351,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		580	28,5	26,6	130,6	898,0		
Всего за день:			60,3	49,1	274,1	1 820,2		

Повар

Hub: Hubert H

КОВАЛЕВА

Заведующий отделом
Детской поликлиники № 1

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

20.06.25

Утверждает ООО Алёко

Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ТРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		637	12,7	13,7	63,6	440,5		
Полдник	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	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	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Вечерний	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		730	24,7	21,2	99,3	701,6		
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62	
Полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		500	22,1	18,8	94,5	641,0		
			60,6	63,9	277,0	1 866,5		

Итого 8.13.