

Согласовано

*Заведующий Л. И. Д. Вязькина*  
*смену детских садов 3/14*

Утверждаю: 000 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 | Сборник рецептур |
|------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 1        | Завтрак                                          | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6                         | ТТК №107     |                  |
|                              |                                                  | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                              |                                                  | 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             |
|                              |                                                  | 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 СУШЕННЫХ ФРУКТОВ                       | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                  | 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          | ТЕФЕЛИ 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                         |              |                  |
|                              | 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 *Александр ГИМ*

**Согласовано**

Заведующий Л. М. В. Б. В. В.

содружеством с/д р 3 К

**Ковалева А.В.**

[illegible]

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 | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>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                          |              |                  |
|                              |                                                        | 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                       | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 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       | 1 874,2                       |              |                  |

Chinese 244 +



*L. M. D.*

*L. M. D.*

Весна-Лето

Весна-Лето

Всего за день: \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

*Заведующий п. М. Ф. Велле*  
*МОУ детского сада № 3114*

Утверждаю: ООО 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 | Сборник рецептур |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                       |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 4 | Завтрак                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                       | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧЕВОЙ)                            | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                               | 180/107      | 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             |
|                       | Итого за завтрак                                            | 637          | 12,7             | 13,7    | 63,6        | 440,5                         |              |                  |
| 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                  | 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                            | 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                         |              |                  |
| 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          | 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                         |              |                  |
|                       | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                            | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                       | 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 *А.М.Медведев 2011*



И. М. С. / 02.02.2019

Заведующий А. М. И. Восток  
МОУ Детский сад № 34

**Ковалева А.В.**



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м 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 | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                     |                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| <b>Неделя 1</b>                     |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| <b>Вариант 5</b>                    |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                      |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                                     | 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             |
|                                     | <b>Итого за завтрак</b>               | 435          | 13,2             | 11,6    | 73,5        | 457,4                         |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                                     | <b>Итого за 2 завтрак</b>             | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
| <b>Обед</b>                         |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                                     | 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             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                      | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                                     | <b>Итого за обед</b>                  | 610          | 35,4             | 36,1    | 90,1        | 833,0                         |              |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                                     | 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          | 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                          |              |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                       | 470          | 16,7             | 15,4    | 69,5        | 506,6                         |              |                  |
| <b>Итого за день:</b>               |                                       |              | 66,3             | 63,3    | 252,7       | 1 880,4                       |              |                  |

## Повар

Aluno 2280

Согласовано  
Заведующий КМД  
МКУ детский сад № 2

Завершено в М. Г. Брун  
подписано с. 2 к

Утверждаю: 00

Весна-Лето

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

Всего за день: 1

Повар Александр



Согласовано

Заведующий И.М.Д.

«10» августа 2021 г.

**Ковалева А.В.**

Звездочетов И. М. Д. Восток



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕТНО

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 | № рецептур   | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                     |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Неделя 2</b>                     |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Вариант 7</b>                    |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                      |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | 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                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                             | <b>430</b>   | <b>18,7</b>      | <b>24,3</b> | <b>32,0</b>  | <b>426,9</b>                  |              |                  |
|                                     |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | Сок яблочно-абрикосовый                                     | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |                                                             | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
|                                     |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Обед</b>                         |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | Помидоры свежие                                             | 50           | 0,6              | 0,0         | 1,2          | 6,8                           |              |                  |
|                                     | Суп картофельный с мясными фрикадельками                    | 180/25       | 6,6              | 6,3         | 12,8         | 134,6                         | ТТК №202     |                  |
|                                     | Макаронник 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             |
|                                     | Хлеб пеклеваный                                             | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                             | <b>655</b>   | <b>25,1</b>      | <b>15,8</b> | <b>85,4</b>  | <b>606,2</b>                  |              |                  |
|                                     |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |                                                             |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | 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                                  | 200          | 3,0              | 2,5         | 15,6         | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                                     | Хлеб пшеничный                                              | 30           | 2,3              | 0,2         | 15,1         | 71                            |              |                  |
|                                     | Булочка вешушка                                             | 50           | 4,0              | 3,0         | 29,6         | 160,9                         | 473          | 2011             |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                             | <b>530</b>   | <b>22,7</b>      | <b>22,7</b> | <b>92,5</b>  | <b>677,9</b>                  |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                             |              | <b>67,5</b>      | <b>63,0</b> | <b>229,5</b> | <b>1 794,4</b>                |              |                  |

Всего за день:

Повар  
Повар

**Согласовано:**  
Доводимая в м.п. Введ  
сводятся сдн 314

Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.



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  | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                     |                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| <b>Неделя 2</b>                     |                                                                        |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| <b>Вариант 8</b>                    |                                                                        |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                                   | 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 (ПОРЦИЯМИ)                                                         | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                                        | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                 | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |                                                                        | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
| <b>Обед</b>                         |                                                                        |              |                  |         |             |                               |               |                  |
|                                     | 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                         |               |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                         | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                                        | 720          | 23,4             | 16,0    | 90,6        | 612,4                         |               |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ И МОЛОЧНЫМИ СТРУДКАМИ С ВАНИЛЬЮ | 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             |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                                        | 467          | 24,9             | 22,1    | 88,3        | 659,3                         |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                                        |              | 61,2             | 47,0    | 254,7       | 1 810,9                       |               |                  |

Повар Александр ИИ В



Согласовано  
Введенческое к М. Г. Введенскому  
оному же с. 314

**Ковалева А.В.**



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 | № рецептуры   | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                     |                                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |                  |
| <b>Неделя 2</b>                     |                                                                  |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Вариант 9</b>                    |                                                                  |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                                          | 180          | 8,3              | 4,2         | 35,7         | 213,4                         | ТТК №105      |                  |
|                                     | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                                                 | 180          | 5,0              | 4,4         | 8,3          | 94,3                          | 400           | 2011             |
|                                     | БАТОН                                                            | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |               |                  |
|                                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                   | 10           | 2,3              | 3,0         | 0,0          | 36,4                          | 7             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                                  | <b>400</b>   | <b>17,9</b>      | <b>12,5</b> | <b>59,4</b>  | <b>422,7</b>                  |               |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                     | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399           | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |                                                                  | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |               |                  |
| <b>Обед</b>                         | 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       |                  |
|                                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                                | 180          | 0,1              | 0,0         | 25,7         | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                 | 50           | 3,3              | 0,4         | 3,2          | 102,0                         |               |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46,0                          |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                                  | <b>640</b>   | <b>26,9</b>      | <b>19,9</b> | <b>86,8</b>  | <b>634,7</b>                  |               |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | 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             |
|                                     | БАТОН                                                            | 50           | 3,8              | 1,5         | 25,7         | 131,0                         |               |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                                  | <b>450</b>   | <b>37,1</b>      | <b>26,3</b> | <b>64,9</b>  | <b>663,5</b>                  |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                                  |              | <b>82,9</b>      | <b>58,9</b> | <b>230,7</b> | <b>1 804,3</b>                |               |                  |

211 2

Согласовано

*Заведующий п. М. Д. Волос*  
*дирекция сад № 314*

Утверждаю: ООО 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 | Сборник рецептур |
|------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2<br>Вариант 10       | Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Итого за 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          | 2011             |
|                              | Батон                                            | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |              |                  |
|                              |                                                  | 430          | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | Сок яблочно-абрикосовый                          | 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   | 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          | 2011             |
|                              | Хлеб пеклеваный                                  | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед                | Хлеб пшеничный                                   | 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          | 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                          |              |                  |
|                              |                                                  | 450          | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Всего за день:               |                                                  |              | 68,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                       |              |                  |

Повар *М. Д. Волос* *21.11*

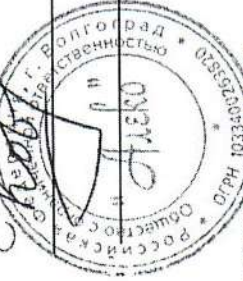


Согласовано

*Заведующий Л.М.Р. Влас*  
*смыс делами сдвн 3/14*

Утверждаю: ООО 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 | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 11<br>Завтрак | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (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<br>Итого за 2 завтрак   | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ                                | 110          | 0,7              | 0,5     | 31,9        | 137,0                         | 388          | 2011             |
|                                   |                                                             | 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             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                            | 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                         |              |                  |
| 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                                               | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
|                                   | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                           | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                             | 602          | 23,6             | 24,6    | 98,6        | 724,1                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                             |              | 58,1             | 51,0    | 284,4       | 1 892,0                       |              |                  |

Повар *М.М.С. 2011 5*

Согласовано

*Заведующий п.п. Г. Велле*  
*своей дочерей саун 3/14*

Утверждаю: ООО 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 | № рецептур | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                                   |                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 12<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)            | 180          | 7,8              | 5,5     | 29,0        | 197,6                         | ТТК №104   |                  |
|                                   | КОФЕЛЬНЫЙ 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<br>Итого за 2 завтрак   | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 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         | 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ                       | 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 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       | 1 880,4                       |            |                  |

Повар *Михаил 21.11*



**Согласовано**

Инвентаризация к МД Взаим.

содержание сдф н З/Ч

Согласовано

Инвентаризация к. М. И. Власова

содержимое с. 3/4

Утверждено: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

**Ковалева А.В.**



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 | Сборник рецептов |          |
|------------------------------|--------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|----------|
|                              |                                |              | Белки, г                                            | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |          |
| Неделя 3<br>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                     | 30/5/20 | 2,3         | 3,7                           | 27,4         | 156,7            | 2        |
|                              |                                |              | 415                                                 | 13,3    | 10,2        | 77,1                          | 457,7        |                  |          |
| 2 Завтрак                    |                                |              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                        | 200     | 1,0         | 0,2                           | 19,6         | 83,4             | 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              |          |
|                              |                                |              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180     | 2,7         | 2,1                           | 14,5         | 89,2             | ТТК №88  |
|                              |                                |              | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                         | 70/30   | 10,3        | 12,4                          | 11,0         | 205,3            | ТТК №65  |
|                              |                                |              | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                     | 130     | 2,9         | 4,9                           | 12,5         | 106,9            | 336      |
|                              |                                |              | КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ                          | 180     | 0,0         | 0,0                           | 14,0         | 55,8             | 376      |
|                              |                                |              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 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            |          |
| Уплотненный полдник          |                                |              | 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      |
|                              |                                |              | 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             |          |
|                              |                                |              | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                    | 50      | 4,0         | 3,0                           | 29,6         | 160,9            | 473      |
| Итого за Уплотненный полдник |                                |              |                                                     | 500     | 22,1        | 13,7                          | 97,3         | 608,0            | 2011     |
| Всего за день:               |                                |              |                                                     |         | 58,3        | 44,2                          | 283,2        | 1785,8           |          |
| Повар                        | Меню 2011                      |              |                                                     |         |             |                               |              |                  |          |

Повар Мельникова ИИ

Согласовано

Заведующий А.И. И. В. В. В.  
МОУ детского сада № 314

Утверждаю: ООО 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 | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 14<br>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<br>Итого за 2 завтрак   | Сок яблочно-абрикосовый                              | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                                   |                                                      | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
|                                   | Итого за 2 завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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 пеклеваный                                      | 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      |                  |
|                                   | Макаронные изделия отварные с маслом                 | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205          | 2011             |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                          | 180          | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3                          | 398          | 2011             |
|                                   | Хлеб пшеничный                                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                                   | Булочка ванильная                                    | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                      | 490          | 23,4             | 21,9    | 101,5       | 718,3                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                      |              | 61,9             | 62,7    | 217,6       | 1 818,7                       |              |                  |

Повар

А.И. И. В. В.

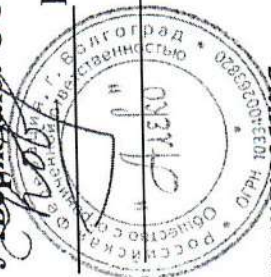


Согласовано

*Заведующий Л.М.Ф. В.С.С.С.С.*  
*младший врач Л.С.С.С.*

Утверждено: ООО 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 | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3                     |                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Вариант 15                   |                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                      | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)   | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     | 2011             |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                       | 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                          | ТТК №44      |                  |
|                              | СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ     | 180          | 2,2              | 1,9     | 12,9        | 78,0                          | ТТК №67      |                  |
|                              | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                        | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | 383          | 2011             |
|                              | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ    | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                     | 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                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      | 2011             |
|                              | 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             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                      | 447          | 16,9             | 21,3    | 51,0        | 481,8                         |              |                  |
|                              | Всего за день:                       |              | 68,4             | 71,6    | 221,0       | 1 829,8                       |              |                  |

Повар *А.В.С.С.С.* *20.11.15*



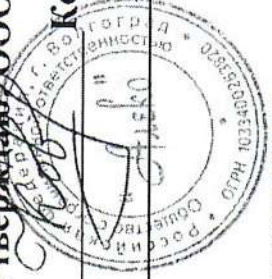


Согласовано

*Заведующий М.И. Васильева*  
*МКУ детский сад № 314*

Утверждаю: ООО 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 | № рецептуры   | Сборник рецептур |
|------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 4<br>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             |
|                              | БУТЕРБРОД с СЫРОМ                                        | 30/5/10      | 4,4              | 6,7     | 14,6        | 141,6                         | 3             | 2011             |
| Итого за завтрак             |                                                          | 405          | 9,8              | 16,2    | 57,0        | 425,4                         |               |                  |
|                              |                                                          |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| 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                         | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                            | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20            | 2011             |
|                              | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ                 | 180/5        | 1,3              | 4,3     | 7,1         | 76,6                          | ТТК №200      |                  |
|                              | ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина)                           | 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           | 2011             |
|                              | КИСЕЛЬ из ПОВИДИА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                        | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                         | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |               |                  |
| Итого за обед                |                                                          | 685          | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |               |                  |
|                              |                                                          |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ | 150/60       | 28,1             | 21,3    | 30,1        | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |
|                              | КЕФИР                                                    | 200          | 5,6              | 4,9     | 7,8         | 102,8                         | 401           | 2011             |
|                              | БАТОН                                                    | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                          | 480          | 36,7             | 27,4    | 58,5        | 647,3                         |               |                  |
| Всего за день:               |                                                          |              | 68,7             | 68,4    | 228,8       | 1 852,7                       |               |                  |

Повар

*С.И. Иванова*

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Согласовано  
Заведующий Л.М.Р.Велик  
срок действия с 21.11.14



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 | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 18<br>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                          |              |                  |
|                                   | Итого за завтрак                                       | 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           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                   | Итого за обед                                          | 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          | 2011             |
|                                   | 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                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                        | 467          | 14,8             | 18,4    | 45,6        | 427,6                         |              |                  |
|                                   | Всего за день:                                         |              | 66,6             | 67,1    | 221,2       | 1 787,4                       |              |                  |

Повар М.И.В. 21.11.14



Согласовано

*Заведующий Л. М. Г. Вязова*  
*содружеством сестер 314*

Утверждаю: 000 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 | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 19<br>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          | 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<br>Итого за 2 завтрак   | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                          | 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   | 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          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                 | 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                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ              | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №51      |                  |
|                                   | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)           | 150          | 8,1              | 5,6     | 36,9        | 234,4                         | 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      |                                                  | 450          | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                  |              | 68,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                       |              |                  |

Повар *Светлана 2111 8*

Согласовано

*Заведующий п. М. Ф. Васильева*  
*своелично с 01.11.14*

Утверждаю: ООО 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 | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 20<br>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          | 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<br>Итого за 2 завтрак   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                               | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                                   |                                                      | 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          | 2011             |
|                                   | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                    | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                     | 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    | 112,6       | 816,1                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                      | 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     | 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      |                                                      | 470          | 15,2             | 14,0    | 49,6        | 407,5                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                      |              | 55,7             | 51,3    | 259,7       | 1 762,3                       |              |                  |
| Повар                             | <i>Васильева</i>                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |