

Согласовано

МБОУ Детский сад № 23 "Детский сад" Волгограда
 Билкина Н.В. Богомолова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак							
		160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	2011
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8	1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394					299		
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	350	9,4	7,7	45,4			2011
Итого за завтрак								
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399					35,7		
		30	0,6	2,7	2,3		ТТК №88	
Итого за 2 завтрак								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	2,3	1,9	12,1	74,2		
Обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК					287,3	ТТК №67/5	2011
	№88	150	17,3	16,7	15,6	46,5	376	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	0	0	11,6	40,8		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	46		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	530,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	23,5	21,5	59,8			
Итого за обед								
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
Уплотненный полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	№392	15	1,1	0,1	7,5	35,5	467	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Итого за Уплотненный полдник								
		445	48,0	44,5	199,9	1 395,6		
Всего за день:								
Повар								

Утверждено:  А.В. Ковалева
 Волгоградская область, г. Волгоград
 Муниципальное образование "Детский сад" №23

Согласовано МОУ "Детский сад № 23"
 Директор МОУ "Детский сад № 23" Н.В. Богданова

Утверждаю: О.О.Алеко
О.О.Алеко
 Утвержденная ответственность
 0233400263870

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	Чай с лимоном, варенье, медом, сладостями	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	Мед	40	3	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН	380	9,5	5,8	53,8	303,4		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Итого за 2 завтрак								2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	ТТК №87	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	372	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	
	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		437	14,4	13,8	71,1	434,9		
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1 414,4		

Повар _____

Согласовано МОУ "Детский сад №23"
 Директорского р-на Волгограда
 Ю.В.Богомолова

Утверждаю: ООО Алеко
 Козалева А.В.
 ООО "Алеко" Волгоградская область
 ООО "Алеко" Волгоградская область

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		64	5,5	5	0,3	88,6	213	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	БАТОН	405	13,2	9	47,2	323,4		
Итого за завтрак			0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		180						
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №79	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	393	2011
Обед Итого за обед	ТТК №79	150/7/3,5	0,1	0	7	29		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	14,6	12,1	58,5	426,7		
			0,6	1,4	4	33,4	324	2011
Уплотненный полдник Итого за Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	5,7	6,4	26,3	191,4	165	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	2,3	0,2	15,1	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	15,4	17,8	83,2	549,76		
Всего за день:		440	44	39,1	206	1402		

Повар

Согласовано МДУ "Детский сад № 23"

Депутатское право принадлежит гражданину

H. P. Downman

СЕХТОЧЕНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЕЧО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часового режима дня

Повар

Жовялева А.В.



для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 2									
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 1									
Вариант 4									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011	
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150/73,5	0,1	0	7	29	393		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	3,8	1,5	25,7	131	7	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	1,2	1,5	0	17,7	368	2011	
	БАТОН	5	0,8	0,8	19,0	91,2	375,4		
Итого за завтрак		200	10,3	7,9	64,2	75,1	399	2011	
Обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	2011	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	2011	
	БУЛЬОН ТТК №88	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	205	2011	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (овощным) ТТК №65	110	4,1	4,4	26,3	166,1	376	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	150	1,3	0,2	8,5	40,8	46		
Итого за обед		200	16,1	14,4	84,1	521,6			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	392	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	392	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	46	2011	
Итого за полдник		200	15,4	14,4	72,8	460,8			
Всего за день:		420	41,3	36,9	238,8	1432,9			

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Согласовано МБУ "Детский сад № 23
Дзержинского р-на Волгограда
Директор М.В. Бондарева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	5	3,8	1,5	25,7	131		2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	365	1,2	1,5	0	17,7	7	
			11,2	6,4	59,5	340,7		
Итого за завтрак			0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	БУЛЬОНЕ ТТК №88	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
Обед	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	0	0	11,6	46,5	375	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15,3	12,9	69,2	463		
Итого за обед			10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/40	0,1	0	7	29	393	
	СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/73,5	1,5	0,1	9,7	46		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	16	22,3	89,5	586,6		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	43,3	42,4	237,2	1481,5		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								

Повар

Согласовано МКУ "Детский сад № 23
Дзержинского р-на Волгограда
И.В. Бондарева

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7 Завтрак								
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	7	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	316	
Итого за завтрак		355	11,7	10,8	31,7			
2 Завтрак								2011
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №64, 354	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	372	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	71	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	563,4	
Итого за обед		560	22,1	12	86,8			
Уплотненный полдник								
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	450,1	
Итого за Уплотненный полдник		430	15,1	14,3	67,7			
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6		

Повар

Согласовано МКУ "Детский сад № 23
Директор И.В. Воробьева

Утверждено ООО Алеко
Н.В. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборные рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	25,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	0,1	1,5	25,7	131		2011
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	365	11,2	6,4	59,5	340,7		
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	50	3,3	0,4	21,2	102	376	
Итого за обед		25	1,9	0,2	12,5	59,2	463	
Итого за обед		540	15,3	12,9	69,2	344,3	ТТК №152, 477	2011
Уплотненный полдник	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	130/40	10,3	18,3	43,9	29	393	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	0,1	0,1	9,7	46		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16	22,3	89,5	586,6		
Итого за Уплотненный полдник		400	43,3	42,4	237,2	1481,5		
Всего за день:								

Повар

Согласовано МКУ "Детский сад № 23"
Директор МКУ "Д.В. Волгарова"
Д.В. Волгарова

Утверждено ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
Итого за завтрак								
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	
		150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	ТТК №28	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №323	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Итого за Уплотненный полдник			53,8	46,3	198,9	1491,6		
Всего за день:								
Повар								

утверждаю: **Ковалева А.В.**



Согласовано *МКУ Детский сад № 23*
Директор МКУ Детский сад № 23
И.В. Бонюмова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2 Вариант 10	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011
		130	8,1	8,4	5,5	180,3	394	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2		
		40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	350	14,3	14,6	40,6	397		2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	Итого за 2 завтрак	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	2011
		150	2,3	1,8	12,7	75,1		
		150	14,4	13,8	14,7	241,5	ТТК №86	
		150	0	0	11,6	45,5	375	
Итого за обед	Уплотненный полдник	40	2,6	0,4	17	81,6		2011
		20	1,5	0,1	9,7	48		
		540	21	15,9	66,2	494,6		
Уплотненный полдник	Итого за Уплотненный полдник	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		120	6,3	4,48	29,7	203	166	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Всего за день:	Повар	400	15,8	13,18	73,7	482,06		
			52	43,88	198,2	1448,76		

Согласовано ММУ "Детский сад № 23"

Директорское р-но Ванинского района

04.02.25

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Валки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
Итого за завтрак						137,0	388	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
		110	0,7	0,5	31,9			
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №84	2011
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	372	
Обед	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	20,1	10,3	79,5	511,2		
	Итого за обед					24,6	54	2011
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	132,8	ТТК №62, 354	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	104,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	517,1		
		487	15	18	76,4			
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473		

Повар

Согласовано

М.П. Детский сад № 23
Директор М.В. Брызгалова

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

05.08.2025

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, БАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0,1	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед								
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Повар

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



Согласовано МОУ "Детский сад № 23"

Директор МОУ "Детский сад № 23"

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
		360	13,6	7,4	63,8	387,4		
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	150	2,3	1,9	12,1	74,2		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	150	0	0,4	17	81,6	376	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	40	2,6	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	77,6	494,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	590	15,9	14,7			ТТК №74	2011
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	186	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №186	120	3,1	3,1	31,8	171,1	392	2011
Итого за обед		180/10	0,1	0	9,8	39,4		
Уплотненный полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	3	29,6	180,9	473	
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	430	15,2	14,4	83	490,1		
			45,6	36,7	242,1	1447,3		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								

Повар

Согласовано ММУ "Детский сад № 23"

Директор ММУ "Детский сад № 23" Ю. В. Богданова

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		ТТК №72	
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3			
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4		392	2011
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8			
	Итого за завтрак	390	11,8	12,3	39,2	360,2			
2 Завтрак	Сок яблочно-винogradный №398	180	0,9	0,2	17,7	75,1		399	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	Помидоры свежие	30	0,3	0	0,7	4,1		ТТК №28	
	Борщ с капустой и картофелем на мяско-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4			
	Голубцы ленивые ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2		ТТК №75	2011
	Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8		372	
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед	505	12,3	13,8	54,7	402,3			
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2		ТТК №60	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1		205	
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3		398	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3		467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9			
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1 484,5			

Повар

Согласовано ММУ, Детский сад №23

Директор ММУ, Детский сад №23

М.В. Белинская

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Применение 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 КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	7	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7		
		350	11,3	8,7	47	313,4		
Итого за завтрак			0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	Икра кабанковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №44	
	СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	94,2	ТТК №67	2011
	Плов из птицы ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	363	
	Кисель из повидла, джема, варенья №383	150	0,1	0,1	21,1	84,8		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8	46	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	563,4		
		500	16,2	20,7	88,2			
	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	Чай с лимоном №393	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	Булочка вешушка №473	20	1,5	0,1	9,7	46	473	2011
		50	4	3	29,6	160,9		
		427	14	15,9	75,2	491,26		
			42,3	46,1	229,4	1459,26		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								

Повар

Согласовано ММУ, Детский сад № 23
 Директор ММУ Виталия
 [подпись]

Утверждаю: ООО Алеко
 [подпись] Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 16								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 завтрак	ФРУКТЫ-СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед	520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14,5	15,5	66,1	430,3		
Всего за день:			49	43,4	224,5	1465,8		

Повар _____

Утверждено ООО Алеко

Н.В. Ковалева А.В.

Согласовано МКУ "Детский сад №23"

Директор МКУ "Детский сад №23" Ковалева Н.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборщик рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17 Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	5,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011
	ЧАЙ с молоком или сливками	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4	7	2011
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7		
	СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	355	7,7	10,4	48,0	321,2		
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,8	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
Обед	ХУСЛЕЙ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	545	15,4	19,3	79,4	530,2		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
	ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
Уплотненный полдник	КЕФИР №401	40	3	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН	400	24,4	18,8	55	563,1		
			48,4	200,1		1489,6		
	Итого за Уплотненный полдник							
	Всего за день:							
Повар								

Утверждаю: ООО Алеко

Согласовано ММУ "Детский сад №23"
Директор ММУ "Детский сад №23" Н.В. Ковалева
М.П. Н.В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

для детей дошкольного возраста

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18	Завтрак						
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104		6,4	4,6	23,4	150,2	ТТК №104
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом		0,1	0	9,8	39,4	392
	№392		3	1,2	20,6	104,8	
Итого за завтрак	БАТОН		9,5	5,8	53,8	303,4	
			0,8	0,8	19,0	91,2	368
			0,9	0,2	17,7	75,1	399
			1,7	1,0	36,7	166,3	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368						
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №395						
			0,4	1,9	2,5	29,5	33
			2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87
Итого за 2 завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33		10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87		0,1	0,1	17,4	71,8	372
	Плов из птицы ТТК №67		2,6	0,4	17	81,6	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372		1,5	0,1	9,7	46	
Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		17,6	20,7	94,8	596,6	
			5,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
			2	4,3	10,8	97,7	344
			0,2	0	10	41,7	393
Итого за обед	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65		0,2	0,2	12,5	55,2	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344		1,9	0,2	12,5	342,5	
	Чай с лимоном №393						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		10,7	12,3	48,5	1408,8	
Уплотненный полдник			39,5	39,8	233,8		
	Итого за Уплотненный полдник						
	Всего за день:						
	Повар						

Согласовано МОУ "Детский сад № 23"
Директор МОУ "Детский сад № 23" В. В. Богачева

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19 Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	394	
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2		
		40	3	1,2	20,6	104,8		
	Батон	350	14,3	14,5	40,6	397		
Итого за завтрак			0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	Огурец свежий	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	
	Птица, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	2,3	1,8	12,7	75,1		
	Компот из сушеных фруктов №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
Обед Итого за обед	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17	81,6	376	2011
		520	19,5	15,8	56,5	448,6		
	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	150/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
Уплотненный полдник Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		2011
		400	15,8	13,18	73,7	462,06		
			50,5	43,78	188,5	1402,76		
Всего за день:								
Повар								

Согласовано МБУ, Детский сад № 3

Директор МБУ, Детский сад № 3
И.В. Бонина

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	Итого за завтрак	355	13,6	8,1	61,9	373,7		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Борщ с капустой и картошкой на мясо-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	
	Кисель из повидла, джема, варенья №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за обед	535	15,8	19	92,9	593,96		
Уплотненный полдник	Помидоры свежие	40	0,4	0	0,9	5,5		2011
	Фрикадельки в соусе сметанным ТТК №32/№354	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		400	12	11,8	51,2	375,7		
Всего за день:			42,2	39,7	225	1434,56		

Повар _____