



09.09.

Согласовано

*Ирина Владимировна*  
11.9

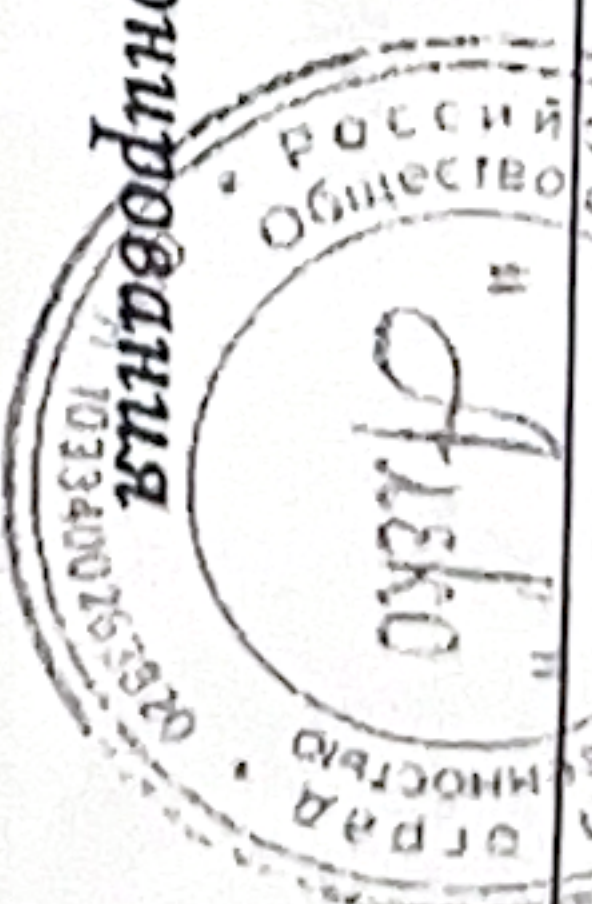
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено ООО Алеко

*Ковалева А.В.*  
Ковалева А.В.



| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции                                    | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептур |
|------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                  |                                                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 17       | Завтрак                                          | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102         | 150              | 2,3     | 6,0         | 23,7                          | 163,5         | ТТК №102         |
|                              |                                                  | ЧАИ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                      | 180              | 2,7     | 2,3         | 14,0                          | 87,6          | 394              |
|                              |                                                  | БАТОН                                           | 20               | 1,5     | 0,6         | 10,3                          | 52,4          | 2011             |
|                              |                                                  | СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7                               | 5                | 1,2     | 1,5         | 0                             | 17,7          | 7                |
|                              | Итого за завтрак                                 |                                                 | 355              | 7,7     | 10,4        | 48,0                          | 321,2         | 2011             |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399                     | 180                                             | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | 399           | 2011             |
| Итого за 2 завтрак           |                                                  | 180                                             | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |               |                  |
| Обед                         |                                                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33                             | 30               | 0,4     | 1,9         | 2,5                           | 29,5          | 33               |
|                              |                                                  | БОРЩ НА МЯСОКОСТОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 | 150/5            | 1,2     | 3           | 5,4                           | 54,8          | ТТК №200         |
|                              |                                                  | ОРИЗАНДЫ В СОУСЕ (ГОРЯДИНА) ТТК №60             | 50/30            | 8,3     | 9,8         | 15,6                          | 154,2         | ТТК №60          |
|                              |                                                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205       | 110              | 4,1     | 4,4         | 26,3                          | 166,1         | 205              |
|                              |                                                  | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383          | 150              | 0,1     | 0           | 21,1                          | 84,8          | 383              |
| Итого за обед                |                                                  |                                                 | 20               | 1,3     | 0,2         | 8,5                           | 40,8          | 2011             |
|                              |                                                  |                                                 | 545              | 15,4    | 19,3        | 79,4                          | 530,2         |                  |
| Уплотненный полдник          | 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                           |                                                 |                  |         |             |                               |               |                  |
|                              | КЕФИР №401                                       | 180                                             | 5,1              | 4,4     | 7           | 92,5                          | 401           | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник | БАТОН                                            | 40                                              | 3                | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |
|                              |                                                  | 400                                             | 24,4             | 18,8    | 55          | 563,1                         |               |                  |
| Всего за день:               |                                                  |                                                 | 48,4             | 48,7    | 200,1       | 1439,6                        |               |                  |
| Повар                        |                                                  |                                                 |                  |         |             |                               |               |                  |



Согласовано

09.09

Утверждено: 0000 Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептур |
|------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 17       | Завтрак                                                  | 180          | 2,7              | 7,2     | 28,4        | 196,2                         | ТТК №102      |                  |
|                              |                                                          | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394           | 2011             |
|                              |                                                          | 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-АБРИКОВЫЙ                                    | 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 БЕЛОКОЧУЧНОЙ 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 ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                        | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                          | 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 \_\_\_\_\_