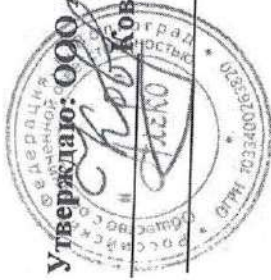




Согласовано

Секретариат
№ 287
20.10.2011
М.П. Кравченко



Утверждаю: ООО Алеко

А.В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №384	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40						
	Итого за завтрак	350	9,4	7,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	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	23,5	21,6	59,8	530,5		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №362	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Всего за день:			48,0	44,6	199,9	1 395,6		
Повар								

Согласовано

Зав. структурным отделом № 287
2017 г. 18.11.2017
М.О. [подпись]

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	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		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №369	180	0,9	0,2	17,7	75,1	369	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
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	
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
		437	14,4	13,8	71,1	434,9		
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1 414,4		
Повар								

Согласовано

Зав. отделением № 487

Зав. отделением № 487

Утверждено ООО Алеко

Зав. отделением № 487

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Приним. пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША-ЖИДКАЯ (молочная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак	405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №389	180	0,9	0,2	17,7	75,1	389	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
	Итого за обед	540	14,6	12,1	58,5	428,7		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свежая) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛ РУБЕЖНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №1№334	50/30	6,7	9,7	15,9	167,96	ТТК №1, №334	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧЕНАЯ) №168	110	5,7	6,4	28,3	191,4	168	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		440	15,4	17,8	83,2	549,76		
	Всего за день:		44	39,1	206	1402		
Повар								

Согласовано
Зав. пед. уходом
И.И. Мухоморова № 287

Детский сад № 287
г. Москва

Утверждено
Директор
И.И. Мухоморова А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ТРЕЧЕВНОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №383	150/73,5	0,1	0	7	29	303	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за завтрак		565	10,3	7,9	64,2	375,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	25,3	166,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,8	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		580	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	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,9	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 ВЕСИШКА №473	50	4	3	29,6	180,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14	14,4	72,8	460,8		
Всего за день:			41,3	36,9	236,8	1432,9		
Повар								

Согласовано
Зав. лабораторией № 287
Детский сад № 287
г. Москва

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖЕЛТОКОВАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	150	2,3	1,8	11,4	71,3	385	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	150,7	2	
	Итого за завтрак	355	11	10,1	62,2	381,2		
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		
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	
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	281,9	ТТК №67	
	МАСЛО ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, БАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	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	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		2011
		410	10,9	12,2	59,3	517,8		
Всего за день:			40,5	43	239,5	1457,6		
Повар								

[illegible][illegible]

Детский суд № 207
г. Москва

Зима-Осень

1

Удостоверение ООО Алеко
г. Плевна, ул. К. П. Писарева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (каша) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,6	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №383	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОНА) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	Итого за завтрак	365	11,2	5,4	59,5	340,7		
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	19,0	91,2			
Обед	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКАВАНЧЫЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПШЕНАЧЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНАЧЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за обед	540	15,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный полдник	ЗАТЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №383	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
	ХЛЕБ ПШЕНАЧЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	26,9	187,3	467	
	Итого за Уплотненный полдник	400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		
Повар								

Согласовано
Взвешивание шпак № 287
№ 13
Досудовский
№ 287.16 в архиве

Заведующий Школы № 287
Иванов Иван Иванович

вернуто ООО Алеко
Ковалева А.В.

РЕЖИССЕРСКОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕСТО

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖУДЦКАЯ (кашица) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	28	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОННИЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	89,6	340,7		
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	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ГОЛУБИЦА ЛЕНИВЫЕ ТТК №76	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №76	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,8	48,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за обед	540	15,3	13,9	69,2	483		
Уплотненный полдник	ЗАТЕКАЧКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	16,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	28	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	26,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,5	566,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		

Согласовано
Заведующий *Ирина Нис 287*
СХ/И/Всех Кухонных

Детский сад № 287
Детский сад № 287
Детский сад № 287

Утверждено: 8000 Алеко
А.В. А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 9	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	75,6	400	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
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		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКОЛЫ №33	30	0,4	1,3	2,5	28,5	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		515	13,5	19,5	62,3	488,9		
Уплотненный полдник Итого за Уплотненный полдник Всего за день:	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	385,8	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Повар		400	24,3	17,9	57,1	582,9		
			63,8	46,3	198,9	1491,8		

Согласовано
Заведующий
28.09.2011
287

000 Алеко
Ковалева А.В.

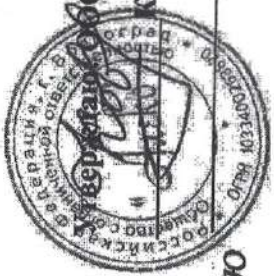
ТЕЖЕЛОБЕЗНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

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	ИРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	160	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ИЛИ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №65	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №65	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	40	0	0	11,6	46,5	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		640	21	16,9	66,2	484,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЛИКИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАСОБЯТНАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	84,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,6	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		
Повар								

Согласовано

Зав. отделом № 287

М.В.И. Губенкова



Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применяемая, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	12,3	100,8	100,8	ТТК №107	2011
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	150	2,3	1,8	71,3	71,3	365	
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №888	110	0,7	0,5	31,9	137,0	308	2011
		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	МАКАРОНИКИ С МЯСНОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫЮ (ПОВАДИНА) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ	20	4,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	20,1	10,3	79,5	511,2		
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,8	54	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЕЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	
	ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №353	180/107	0,2	0	10	41,7	353	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	76,4	517,1		
Всего за день:			48,2	37,3	234,6	1473		
Повар								

Университет "Св. Кирил и Методий" - София

Зима-Осень

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	150	2,3	1,8	11,4	71,3	385	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7		156,7	2	2011
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	20,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	201,9	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	21,1	84,8	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Уплотненный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	520	17,9	20,5	100,4	617,8		
	КОТЛЕТЫ, БИЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАЛЕЧЕННЫЕ ТТК №77	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	50	4,9	5,7	4,6	64,1	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №388	120	2,4	3,3	19	118,7	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3		
Итого за Уплотненный обед		30	2,3	0,2	15,1	71		
Всего за день:		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
			40,6	43	239,6	1457,6		

Согласовано
Зав. кафедрой, д.т.н. С.С.Т.
28/01/2017

740
ME 4
87C
Med o
Don o

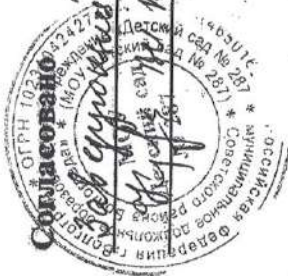
ОБЩЕСТВО
с ограниченной
ответственностью
№ 287
с/д № 287

Универсалдар ООО Алско
Кивалена А.В.

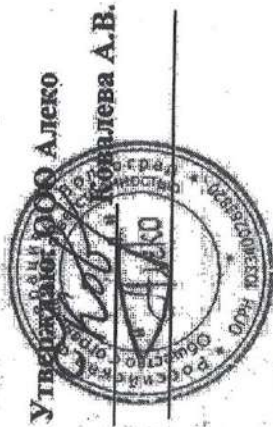


Зима-Осень

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 3 Вариант 13	Завтрак	КАША ЖЕЛТОКОВАЯ (пшеничная) ТТК №105	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011		
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОЧНЫМ №394	2,8	2,4	9	81,3	394			
		БАТОН	3,8	1,5	25,7	131				
		Итого за завтрак	13,8	7,4	63,8	387,4				
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011		
		Итого за 2 завтрак	180	0,9	17,7	75,1				
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0,2	0	0,5	3,9				
		СУП С МАКАРОНИКАМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №68	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №68			
Обед	Итого за обед	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (повидлом) ТТК №65	6,8	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011		
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	2,7	4,5	11,5	58,6	336			
		КОМПОТ ИЗ СМЯТЫХ ФРУКТОВ №376	0	0	11,8	46,5	376			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	9,7	48			
		Итого за обед	690	15,9	14,7	494,7				
		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	50	6,5	8,2	2,1	72,7		ТТК №74	2011
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №165	3,1	3,1	31,8	171,1	165			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	0,1	0	9,8	39,4	392					
Итого за Уплотненный полдник	20	1,5	0,1	46						
Всего за день:	Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСУШКА №473	4	3	29,6	160,9	473	2011		
		Итого за Уплотненный полдник	430	15,2	14,4	480,1				
		Всего за день:	1467,3							
		Итого за день:	1467,3							



Согласовано
Вариант 14
10.03.2017



Утверждено
А.В.Александрова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,8	2,7	2,3	35,7	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,9	2011
	Итого за завтрак	380	11,8	12,3	39,2	360,2	
2 Завтрак	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	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,9	10,4	11,3	177,2	ТТК №75
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,9	372
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2011
	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 (повидло) 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
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	50	4,1	3,9	23,9	167,3	487
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	16,6	104	846,9	2011
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1 494,5	
Позав							

Утверждаю: *19.06.2006* *А.В. Копцева*

2. 1942-1943

Детский сад № 287 * Муниципальное дошкольное учреждение «Детский сад № 287» * Советского района г. Омск

ОТДЕЛ ЭКСПЕРТНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ МЕТОД

Зима-Осень

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

Прием пищи Неделя 3 Вариант 15	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ТРЕЧЕВКОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	150	2,3	1,8	11,4	71,3	365	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	Итого за завтрак	350	11,3	8,7	47	313,4		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №369	200	0,8	0,8	18,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	39,7		2011
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОС ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОМИДО, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧЬИ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед	500	16,2	20,7	88,2	583,4		
	Уплотненный полдник	КОШЕЛТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ ТТК №61	50	5,3	8,5	15,1	141,98	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344		110	2	4,3	10,8	87,7	344	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393		180/107	0,2	0	10	41,7	393	
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ		20	1,5	0,1	9,7	46		
БУЛОЧКА ВЕСЕЛУШКА №173		50	4	3	29,6	160,9	473	
Итого за Уплотненный полдник	427	14	15,9	75,2	491,26		2011	
Всего за день:	42,3	46,1	229,4	1459,26				
Итого за день:								

Согласовано

Зав. кафедрой № 287

В.И. Кравченко

Утверждено ООО Алеко

Кравченко А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОРЕННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	8,7	27,4	136,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак	395	14,8	10,2	88,5	507,9		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	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 СОЛЕННЫЙ	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	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	20	0	0	11,6	46,5	376	2011
	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	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	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	187,3	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								

Согласовано
Зав.участком
[Подпись]

1942-1943

Зула-Осень

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

Российская Федерация
Город: Москва
Имя: Александр
Фамилия: Потапов
Пол: Мужской
Дата рождения: 1980-01-15
Паспорт: 1234567890
Подпись: [Подпись]

Прием пищи	Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17	Завтрак							
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	28,7	163,5	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	384	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ПОРЦИОНА) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		355	7,7	10,4	48,0	322,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	390	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	2011
	БОРЩ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №80	50/30	8,3	9,8	15,8	154,2	ТТК №80	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КУС-ЕЛЬ ИЗ ГОВИДИ, ДЖЕМА, БАВЕНЬЯ №333	150/	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
Итого за обед		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАНИЛИНОМ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	355,8	ТТК №151, 477	
	ЛЕБНИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за Уплотненный полдник	400	24,4	18,8	55	553,1		
	Итого за день:		48,4	48,7	200,1	1489,6		

Заведующий МУЧ № 2887
Буд. И.И. Кривенко

[illegible]

ЭКСПЕРИМЕНТ 20-м ДИФЕРЕНЦИАЛЬНО

Зима-Осень

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			
Неделя 4 Вариант 18 Завтрак	КАША ЯЧЕЧКАЯ (перуловская) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,6	39,4	392	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак	380	9,5	5,8	53,6	303,4		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №389	180	0,9	0,2	17,7	75,1	389	
	Итого за 2 завтрак	380	1,7	1,0	36,7	166,3		
	Обед							
Итого за 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	
	ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	281,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ ПЕЧЕВЫЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед	520	17,6	20,7	54,8	596,6			
Уплотненный полдник	ТЕ-ФЕТИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	Итого за Уплотненный полдник	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Всего за день;		412	10,7	12,3	48,6	342,5		2011
			39,5	39,6	233,8	1 408,6		
Обзор								

Согласовано

Заведующий отделом № 288

С.В. Кривенкова



Территориальный отдел Роспотребнадзора по Республике Татарстан

Иванова А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	На рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,8	2,7	2,3	35,7	
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,6	180,3	ТТК №72
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8	2011
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397	
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
	Итого за 2 завтрака	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2011
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №89	150	2,9	1,8	12,7	75,1	ТТК №89
	ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
	ХЛЕБ ПЕКОЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,8	
	Итого за обед	520	19,5	15,8	56,5	448,8	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №81	50	6,3	8,5	15,1	144,95	ТТК №81
	НАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №382	180/10	0,1	0	9,8	39,4	382
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
Итого за Уплотненный полдник		490	15,8	13,18	73,7	492,05	
Всего за день:			50,9	43,78	188,5	1402,76	
Повар							



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	306	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	7	
	СЫР (ПОРЦИРМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	373,7	
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	308	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	УКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,5	2,7	2,3	35,7	ТТК №28	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БИЛЕТЫ ШИШЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №81	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №81	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	195,1	205	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	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	62,9	583,96		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5		2011
	ФРИКАДЕЛЬНИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №32/№354	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ	180/10	0,1	0	9,8	38,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		2011
	Итого за день:	400	12	11,8	51,2	375,7		
Всего за день:		42,2	39,7	225	1334,56			

Повар