

Согласовано

В.С. Сергеев

№ 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287



РАЦИОННОЕ ПИТАНИЕ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Порция пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2	Завтрак	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104
	КАША ЯЧЕЧНАЯ (ПЕРЮЛЕСОВАЯ) ТТК №104						
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №382	180/10	0,1	0,0	9,8	38,4	382
	СЫР (ПОРЦИОНА) №7	10	2,3	3,0	0,0	38,4	7
2. Завтрак	Итого за завтрак	25	1,9	0,7	12,9	65,5	
	БАТОН	400	12,1	9,2	51,2	337,9	
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,8	83,4	
	БУРКУТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	200	0,8	0,8	19,0	91,2	386
Обед	Итого за обед	400	1,8	1,0	38,8	174,6	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОРОВОМ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43
	ПЛОДЫ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67
Полдник	Итого за полдник	30	0,1	0,1	20,9	88,0	312
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	620	38,9	39,1	86,6	857,2	
Ужин	Итого за ужин	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383
	КАСЯЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	250	4,1	3,0	68,0	274,9	
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	8,6	3,1	122,8	ТТК №74
Итого за 24 часа	Итого за 24 часа	180	9,9	4,1	23,8	148,3	125
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383
	ЧАЙ С ЛАМОНОМ №383	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	457	16,0	10,9	67,0	407,3	
Полдник	Итого за полдник	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401
	МЕФОР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
	Итого за 24 часа	79,1	87,6	208,4	2 143,5		
	Полдник						

С. И. Соловьев А. В.

ОТДЕЛЕНИЕ 20-м ДИРЕКТОРЕ МЕТРО

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Нодела 1 День 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	180 190/10 20 64	7,3 0,1 1,5 5,5	4,2 0,0 0,6 5,0	31,4 9,8 10,3 60,0	191,3 30,4 92,4 160,0	ТТК №83 392 213	2011
Итого за завтрак		445	14,4	9,8	51,8	351,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	63,4	399	2011
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	63,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №29 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ РЕЧЕЧЬЮ (печень) ТТК №79 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕЧЕНЕВАНЫЙ	50 180/10 150 180/10/7 20 40	0,4 1,7 10,0 0,2 1,5 2,6	0,1 5,1 6,8 0,0 0,1 0,4	0,9 9,2 25,3 10,0 9,7 17,0	6,5 95,5 216,0 41,7 46,0 81,0	ТТК №29 ТТК №79 393	2011
Итого за обед		647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	50 200	3,8 3,0	4,9 2,5	37,2 15,6	208,5 97,3	394	2011
Итого за Полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8		
Ужин	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕДЫ (СВЕДА) №324 КОТЛЕТЫ, БИШКОК, ШНИЦЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354 КАША РАССОСЫЧНАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60 70/30 130 180 80	1,0 12,0 7,0 8,1 4,4	1,9 16,4 4,8 0,1 0,4	6,2 12,7 32,0 20,9 29,2	47,8 257,0 208,5 88,0 137,8	324 ТТК №61, 354 166 372	2011 2011 2011
Итого за Ужин		530	24,5	23,6	101,0	737,1		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за день			68,2	57,9	304,3	2057,8		

Показ

ЛАСОВЕНО ГРН 105
Детский сад № 287
№ 287

Детский сад № 287 * * *
Муниципальное учреждение
Советского района

Зима-Осень

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов	
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 День 4	Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №333	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	303	2011
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/575	6,4	8,1	19,5	102,3	3	2011
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №328	200	0,3	0,3	19,0	91,2	300	2011
	Итого за завтрак	537	12,7	13,7	63,6	440,5			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №389	200	1,0	0,2	19,5	83,4	360	2011	
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,5	83,4			
Обед									
		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №285	130	4,9	4,4	31,1	189,4	205	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,8	376	2011
		ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	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		
	Полдник								
		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	26,6	180,9	473	2011
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333	200	0,1	0,0	28,4	114,0	363	2011
			250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин									
		КОТЛЕТА РУБЕЦНАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82	2011
		ГОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	303	2011
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Итого за ужин	442	17,3	16,8	63,1	481,9			
2 Ужин	РЕЗОМР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5			
	Всего за день:		65,4	59,3	310,6	2 074,6			
	Поевар								

СОГЛАСОВАНО

Закреплено № 19 от 887

г. г. г.

Удостоверение
Детский сад № 287
№ 287

Организация федерации
Комитетского района
Удостоверение

2746

Удостоверение «Детский сад № 287»
Детский сад № 287

для детей дошкольного возраста

[illegible]

ТЕЖЕДНЕВНОЕ. 20-ти ДНЕВНОЕ. МЕНЕО

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта (УИИ)	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5								
	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	28,0	107,0	ТТК №104	
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	200	3,1	2,4	17,1	103,1	365	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	100,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	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 БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	180	2,3	13,9	13,9	85,2	ТТК №67	
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	488,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	180	0,1	0,0	25,7	102,6	33	2011
	ХЛЕБ ПЕКАВЕНСКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	40,0		
Итого за обед		630	36,8	36,2	99,6	879,0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	60	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КОША С МОЛОКОМ №337	280	3,9	3,3	16,5	112,6	337	2011
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1		
Ужин	ИЩА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,8	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТАВРОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	129	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	180	0,8	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Ужин		470	16,7	15,4	69,5	506,9		
2. Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			80,6	76,0	323,1	2 340,0		

овар

Согласовано

Зеленкович А. В. № 287

Кровеникова

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

для детей дошкольного возраста

000 Алско
Ковалева А.В.
Исключительная

Зима-Осень

Зима-Осень
1-7 лет, 24 нед

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Объемный рацион	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 7	Завтрак								
		КОРКА КОШАЧЬЯЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №172	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №172	
		ЧУДО С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВАДЦОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	30,4	392	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,9	438,9			
2. Завтрак									
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед									
		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,8	0,0	1,2	8,8		
		СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	180/25	8,5	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
		МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№348	190/20	15,2	9,0	93,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	81,8			
		655	25,1	15,8	85,4	808,2			
Полдник									
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	60	3,8	4,9	37,2	208,5		
	Итого за Полдник	200	0,7	0,3	20,1	98,1	388	2011	
Ужин									
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №388	250	4,5	5,2	57,3	206,6		
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,8	21,2	143,4	321	2011
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №384	200	3,0	2,5	16,6	97,3	384	2011
	Итого за Ужин	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		480	16,7	19,7	92,9	817,0			
2. Ужин									
	Итого за 2 ужина	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
	Всего за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5			
			75,1	69,6	294,2	2 832,6			

Согласовано

Заведующий отделением № 187

С. В. Савельева



Утверждено: ООО Алеко
Савельева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Приним. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8								
	Завтрак							
	КАША ХЛЕБНАЯ (МАШЕНА) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,9	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
	БЫР (ПОРЦИОНАМ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	Итого за завтрак	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	2011
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	Итого за обед	720	23,4	16,0	90,8	612,4		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СТАДИОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/80	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
		452	22,8	19,0	72,3	556,7		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Всего за день:		58,4	52,2	284,4	1 809,5		
	Повар							

Согласовано

Заведующий отделом №1/с 287

М.П. МОДОВСКИЙ РАЙОН

№ 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287



Утверждено: 009 Алеско

М.П. МОДОВСКИЙ РАЙОН

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

Детский сад № 287

ТЕЖЕОЛЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Оборудование
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Каша жидкая (пшеничная) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	Молоко топленое №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Сыр (порционный) №47	10	2,3	0,0	0,0	36,4	7	
	Итого за завтрак	400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак	Сок яблочный №398	200	1,0	0,2	19,6	83,4	398	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Салат из овощей №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	Запеканка из печени с рисом ТТК №68	150	19,6	11,4	16,9	245,0	ТТК №68	
	Кисель из повидла, джема, варенья №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		2011
	Итого за обед	540	26,8	18,9	66,5	634,7		
Полдник	Булочка ванильная №467	50	4,1	0,9	28,9	167,3	467	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	Итого за полдник	250	4,2	0,9	38,7	206,7		
Ужин	Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №151, №477	150/80	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	2011
	Натюток из тушеных овощей №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	Итого за ужин	450	31,9	21,8	70,3	632,5		
2 Ужин	Кефир №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день			87,0	62,7	281,8	2 072,5		
Повар								

Согласовано
Заведующий
Т.В. Давыдова
№ 287

Удобрение ООО Алеско
Удобрение ООО Алеско
Удобрение ООО Алеско

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ОНУЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 10	Завтрак							
		50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №72	2011
		150	15,3	15,9	2,9	249,4	ТТК №72	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	304	2011
Итого за завтрак	Чай с молоком или сливками №394	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Батон	430	21,5	20,8	37,8	484,8		
2. Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	300	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Огулец соевый	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	Суп с макаронами изделиями на курином бульоне ТТК №88	150	2,7	2,9	15,2	90,0	ТТК №88	
	Пюре, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	Компот из сушеных фруктов №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	17,0	81,9		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		570	23,9	18,4	88,4	595,9		
Полдник	Творог	50	3,8	4,9	37,2	206,5		
	Кисельный напиток с молоком №385	200	3,1	2,4	17,0	103,1	385	2011
		250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Итого за полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (трещевая) №168	150	8,1	5,6	38,9	234,4	168	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	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 ужин		480	22,1	21,0	72,8	579,3		
2. Ужин	Кефир №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			80,6	78,1	279,8	2 181,5		
Повар								

17.03

Согласовано

Зав. отделением № 287

М.П. Детский сад № 287



СЕЗОННОЕ-20-ти ОНУЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовый режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 11								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	16,0	131,0	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	180	2,8	2,2	15,4	92,9	309	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	
Итого за завтрак		485	9,9	14,1	48,1	382,2		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	130	0,7	0,5	31,9	137,0	308	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	0,6		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64, 348	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	66,0	372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		2011
	Итого за обед	670	23,9	11,8	105,8	548,7		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		2011
Ужин	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,8	49,9	54	2011
	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №82/№355	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №82, 306	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	
Итого за ужин	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
	Итого за ужин	552	19,5	20,7	69,7	556,8		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за День:			53,3	55,4	319,6	2 098,5		товар

Согласовано * ОЛН 102-8
Зав. отделом * 14.06.97
[Подпись]
М.П. [Подпись]
№ 287
Детский суд № 287
Османская & Ко
Советского района
г. Омск

Удостоверение ООО Алесо
г. Козалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ОШЕВНОЕ МЕТНО

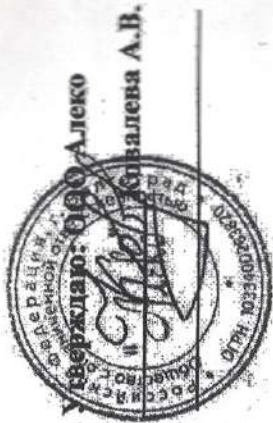
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Примечание	Примечание	Примечание	Примечание				Масса порции	Примечание			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал							
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание
Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание	Примечание

Согласовано
Зав. отделением
Мед. Р.В. Ковалева

ОГРН 1023400000000
Детский сад № 287
Детский сад № 182



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Повар	Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Сборник рецептур
				Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 13	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,9	394	
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	159,7	2	
	Итого за завтрак			415	13,3	10,2	37,1	457,7	
	2 Завтрак	СОСИСКО-ПЕЧЕНЬ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	8,6		ТТК №88
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2			
	ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №338	130	2,9	4,9	12,5	106,9	338		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	180	0,0	0,0	14,0	55,8	378		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,9			
		720	21,9	20,1	38,2	636,7			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСОУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011	
	Итого за Полдник		250	4,7	3,3	49,7	259,0		
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	166		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,9			
	Итого за Ужин		450	18,1	10,7	67,7	447,1		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
	Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Всего за день:			84,1	48,9	310,3	1 976,4		
овар									

Согласовано

Заведующий садом № 287

М. М. Кукликова

Детский сад № 287
г. Москва

для детей дошкольного возраста

ОБЪЕДИНЕНИЕ 20-м ДИВЕРСИОННОЕ МЕТОД

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборная рецептур			
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г						
Неделя 3 День 14	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	59,5		2011			
		Сметанатный торт №72	150	15,3	18,9	249,4	ТТК №72				
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, повидлом №392	150/10	0,1	0,0	9,8	392				
		Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
		Итого за завтрак	420	17,9	24,0	460,7					
	2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый №399	200	1,0	0,2	19,6	399	2011			
		Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4				
		Обед	Помидоры соленные	50	0,6	0,0	1,2		6,8	ТТК №28	
			Борщ с капустой и картофелем на мяско-костном бульоне ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8		78,5		
			Голубцы капустные ТТК №75	140/60	13,2	13,1	13,4		234,4		ТТК №75
Компот из свежих плодов №372	180		0,1	0,1	20,9	98,0	372				
	Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	51,6	2011			
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0				
		Итого за обед	660	20,0	17,4	71,0	533,3				
		Полдник	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	28,9		167,3	467	2011
			Чай с сахаром, вареньем, джемом, повидлом №392	150/10	0,1	0,0	9,8		39,4	392	
Итого за Полдник	250		4,2	3,9	38,7	206,7					
Ужин	Икра свекольная или морковная (морковная) №54		50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011		
	Фрикадельки в соусе (томатный) ТТК №60		70/30	11,5	13,1	6,3	203,3	ТТК №60			
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205				
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,8	0,3	18,1	88,3	398				
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0					
	Итого за Ужин	Хлеб пшеничный	480	20,4	20,4	78,2	600,9		2011		
		Итого за Ужин	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401			
		2 Ужин	180	5,1	4,4	7,0	82,5	7,0			
		Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	82,5	7,0			
		Всего за день:		69,6	70,3	241,4	1 977,5				

Согласовано

Заведующая МКЦ № 287

В.И. Гавриленко



Утверждено: ООО Алеко

А.В. Алаева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ОЛЕСНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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								
День 15								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №108	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №100	2011
	СЫР (ПОРЦИОН) №7	10	2,3	3,0	0,0	38,4	7	
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	200	3,1	2,4	17,3	103,1	385	
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,9	369,6		
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	ИЖА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011
	СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,9		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА №473	50	4,0	3,0	29,8	160,9	473	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	
Итого за Полдник		250	7,0	5,5	45,2	258,2		
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЛЕКИ РУБЕЛЕННЫЕ ТТК №81	70	11,9	15,2	11,0	224,5	ТТК №81	2011
	РАДУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,9	5,9	14,9	134,6	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
Итого за Ужин		452	17,3	21,3	53,5	493,7		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			80,9	81,5	275,7	2 192,4		

Повар

Согласовано

Sabene *Hc-287*

Детский сад № 287
Светловского района
Одесской области

Утверждает: (СХХ) Алекс

Коллежия А.И.

ОБЪЕДИНЕННОЕ 20-е ДИВЕРСНОЕ МЕРНО

Зима-Осень

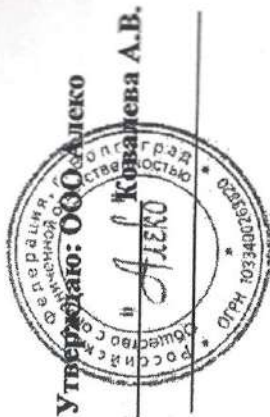
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	на 100 г продукта	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 16	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	30,7	17,1	3011
		КОФЕИНЬИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	10,1	3011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/520	3,7	3,7	27,4	16,7	
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	5,4	
		Итого за завтрак	455	15,2	10,9	90,8	53,6	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	10,0	5,1	3011	
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	10,0	5,1		
Обед	СУПЕЦ СОЛЕНЬИИ	50	0,4	0,1	0,9	0,5		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	180	2,0	3,0	7,2	70,9	118 184/7	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №68	150	14,4	13,0	14,7	241,0	118 184/6	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	30,0	3011	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,0	310	
Итого за обед		600	19,4	17,7	63,9	448,6		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,0	38,0	167,5	487	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0,1	0,0	20,4	114,0	303	
	Итого за Полдник	250	4,2	3,0	58,3	281,5		
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	9,0	3,1	123,8	118 184/4	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,0	21,4	143,0	303	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,9	30,4	303	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,1		
	Итого за Ужин	460	18,1	11,4	54,4	460,8		
2 ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,0	401	
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,0		
Итого за день			62,8	49,1	262,0	1446,0		

Поэзия

Согласовано

Заведующий п/уч № 287
Зуфр В.И. Кравченко



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17	Завтрак							
		180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	Итого за завтрак	305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2. Завтрак								
		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								
		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
	Итого за обед	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Полдник								
		50	3,8	4,9	37,2	208,5		
		190/10	0,1	0,0	9,8	36,4	392	2011
	Итого за Полдник	250	3,9	4,9	47,0	247,9		
Ужин								
		150/80	28,1	21,3	30,1	436,7	ТТК №151, 477	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	Итого за Ужин	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		452	31,7	22,6	63,2	559,3		
2. Ужин								
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Всего за день:		72,7	72,9	287,5	2 145,1		
Повар								

Согласовано

Зав. кафедрой - Шой Н. С. 287

Губернатор

242740
Одобрение «Детский сад № 287»
ОУ Детский сад № 287
Детский сад
№ 287
Советского района
Одобрение

EXEDHEBHOE 20-ml ДИФФУЗИОННОЕ МЕДИО

Зима-Осень

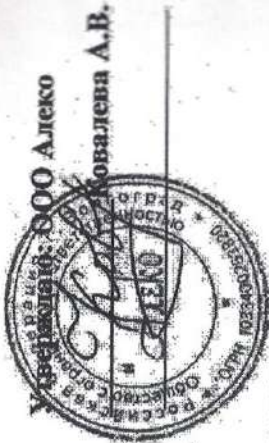
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеско

Прием пищи	Пряное блюдо, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные (рецептур)
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18								
Завтрак	КАША ЖЕЛТОЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	165,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	30,4	392	2011
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
		400	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №398	200	1,0	0,2	19,6	63,4	398	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011
Итого за 2 завтрак		400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,8	3,5	4,9	54,0	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №83	
	ПЛОДЫ ИЗ ПИЛЫ ТТК №87	150	28,9	31,2	24,8	460,1	ТТК №87	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	69,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		500	38,0	39,1	86,5	857,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №173	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0,1	0,0	28,4	114,0	393	2011
Итого за Полдник		250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин	ТЕРТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №85	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85	
	РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №244	150	2,8	5,9	14,9	134,5	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	363	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за Ужин		467	14,8	18,4	45,5	427,5		
2 УЖИН	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			75,9	75,1	287,0	2 163,9		

Согласовано

Заведующий отделением № 1887
Т. Г. Викторовна



Утверждено: ООО Алеско

А. В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ОЛЕНЬЕНОЕ МЕНЮ

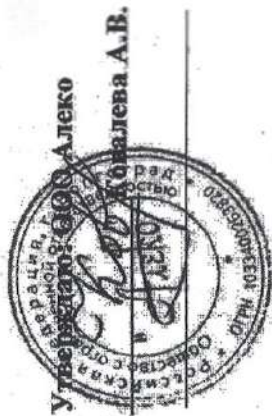
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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			
Неделя 4								
День 19								
Завтрак	ИГЛА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	53,9		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	304	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,8		
Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	8,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №68	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №68	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №68	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №68	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕВАЯ	40	2,6	0,4	17,0	81,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за обед		570	23,9	16,4	58,4	599,9		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	103,1	395	2011
Итого за Полдник		250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Ужин								
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШРИЦЫ РУБЕНЫЕ ТТК №61	70	11,8	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	36,9	224,4	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Ужин		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
2 Ужин								
	КЕБЫР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5	

Согласовано

Заведующий МЧ № 287
г.п.д. В.И. Кривосолов



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Всего за день:		30,6	78,1	279,8	2 151,5			
Повар								
Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 20								
Завтрак								
	КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5		
2 Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	КАША КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,8	59,5		ТТК №28
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОПЕЦЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ ТТК №81	70	11,8	15,2	11,0	234,5	ТТК №81	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	25,7	102,6	393	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,6	0,4	17,0	61,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		530	24,5	28,4	112,6	816,1		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	203,5		2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	16,6	97,3	394	
Итого за полдник		250	6,8	7,4	53,8	300,8		
Ужин								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		2011
	ФРИКАДЕЛЬЯ ВОСНЯЩА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392	130/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		2011
Итого за ужин		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
2 Ужин								
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			87,6	63,1	319,5	2 160,6		
Повар								