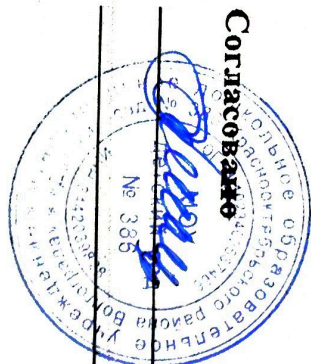




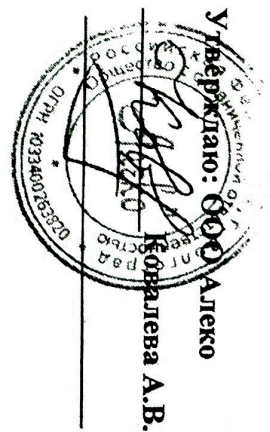
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко
Директор: Иванова А.В.

Прем пищи	Прем пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	374,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №875	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №875	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	26,1	21,7	79,5	624,4		
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	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин								
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за ужин		480	16,9	16,6	64,4	487,5		
2 Ужин								
Итого за 2 ужин	МОЛОКО №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:			63,0	61,2	273,6	1 943,8		
Повар _____								

Повар



Зима-Осень

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

Прем. пищи	Прем. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (МАЛЫНКА) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
		445	14,4	9,8	51,8	351,7		
Итого за завтрак								
2. Завтрак								
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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 СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	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	
		150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	91,6		
	ХЛЕБ ПЕКОРВАННЫЙ	647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Итого за обед								
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		250	6,8	7,4	52,8	305,8		
Итого за полдник								
Ужин								
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
		70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛ И РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
	КАША РАСОСЫНЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНЬЕ) №166	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	630	24,5	23,6	101,0	737,1		
Итого за ужин								
2. Ужин								
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			68,2	57,9	304,3	2 057,6		

Повар

Согласовано

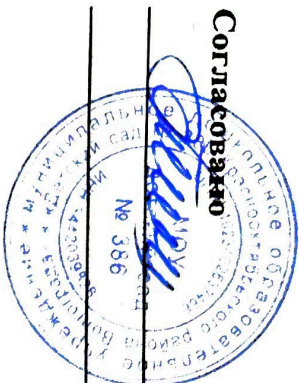
Зима-Осень

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

Удостоверение: 000 Алёко

Балаева А.В.

Премени Неделя 1 День 4	Премени пици, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОМ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
	Итого за завтрак	637	12,7	13,7	63,6	440,5			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	80	0,7	0,0	1,4	8,1			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКАРИЧНЫЙ	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	29,6	160,9	473	2011
		КОМБИ 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	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	Итого за Ужин	442	17,6	16,8	63,1	481,9			
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			
Всего за день:			66,4	59,3	310,6	2 074,8			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

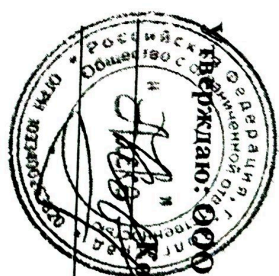
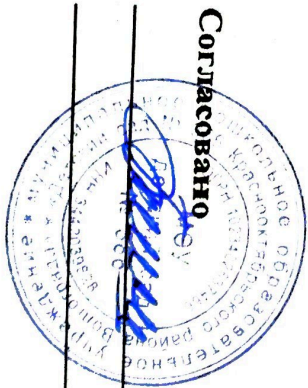
Зима-Осень

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

Утверждает: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 5								
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕЛИЩА НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2. Завтрак								
	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 ВЕЛОЖОЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КОМБИНОВАННЫЙ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	25,7	102,6	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397	2011
Итого за полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1		
Ужин								
	НИРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за ужин		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
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	2340,0		

Повар _____

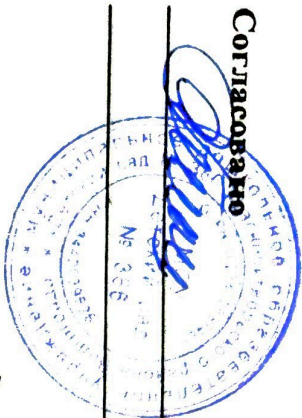


ВЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 6	КАША ЖЕЛТОК (МАНАРА) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОПРИСЫМ) №7	10	2,3	3,0	0,0	35,4	7	2011
	Итого за завтрак	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Застраек	ФРУКТЫ ОБЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАМАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕВНОВЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕХЕВАНСКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	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		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за полдник		45	3,3	0,3	21,9	103,4		
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	452	22,8	19,0	72,3	558,7		
Итого за ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
2 УЖИН	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			68,4	52,2	284,4	1 908,5		

Повар

СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

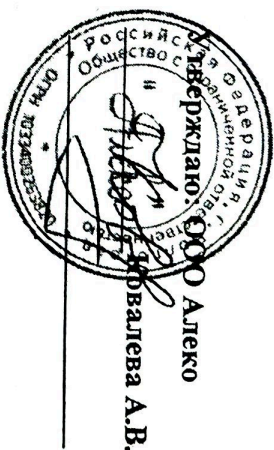
УТВЕРЖДАЮ: ООО Алёко

Ковалева А.В.



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7								
	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	
		Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
Итого за завтрак			430	18,7	24,3	32,0	425,9	
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый №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								
	Помидоры соленные	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Макаронник с мясом или печеню (говядина) с соусом томатным ТТК №448	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №448	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	31,6		
		655	25,1	15,6	85,4	606,2		
Полдник								
	Печенье шоколадное	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	Напиток из плодов шиповника №348	200	0,7	0,3	20,1	98,1	348	2011
		250	4,5	5,2	57,3	306,6		
	Ужин	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	Чай с молоком или сливками №384	200	3,0	2,5	15,6	97,3	384	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за ужин		480	18,7	19,7	62,9	517,0		
2 Ужин	Кефир №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		
Всего за день:			73,1	69,6	264,2	2 032,6		

Повар

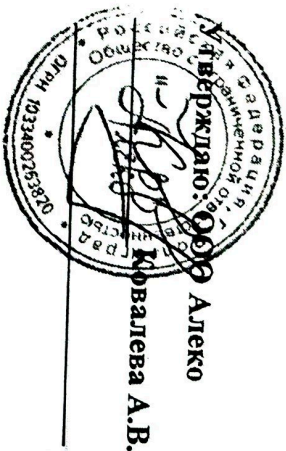
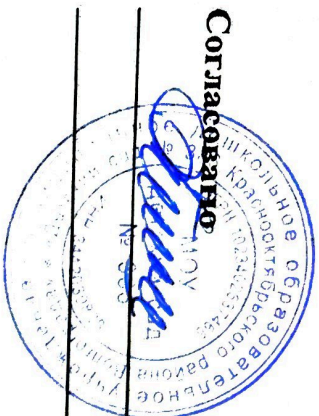


Зима-Осень

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

Примечание	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Применение пищи								
Неделя 2								
День 8								
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (МАЧАН) ТТК №63	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №63	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ТОРЦИМ) №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 (ФЕЛЛОКО) №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 СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ПОЛЫВЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	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	90,5	612,4		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	СЫР ПОРЦИОННЫЙ ТОРЦИМ НА МОЛОЧНОМ ПОСЫПКОМ СЛАДКОМ СЛАДОМ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	452	22,8	19,0	72,3	558,7		
Итого за ужин								
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:			68,4	62,2	284,4	1 909,5		

Повар



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Применение пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 9	Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105
		МОЛОКО КУПЯТЦЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
		СЛАДО (ПОРЦИОНАМ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
	Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7	2011
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №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 №88	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №88	2011
	КРАСЕТЬ 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		
		640	26,9	19,9	86,8	634,7		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		450	31,9	21,8	70,3	632,5		
	Итого за ужин							
2. Ужин	КСОФАР №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		
Всего за день:			87,0	62,7	281,8	2 072,5		

Повар _____

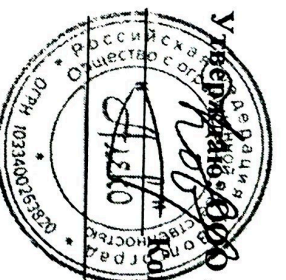
Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



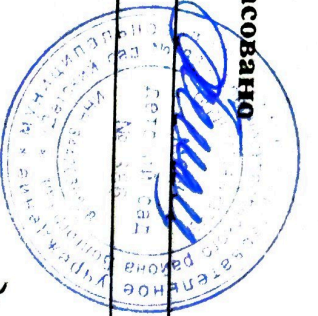
Утверждено Алеко

Ковалева 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			
Неделя 2 День 10	Завтрак							
	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1.0	4.5	3.9	59.5	ТТК №72	
	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	394	2011
	БАТОН	30	2.3	0.9	15.4	78.6		
Итого за завтрак		430	21.6	26.8	37.8	484.8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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 СОЛЕНЫЙ	50	0.4	0.1	0.9	6.5	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2.7	2.0	15.2	90.0	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №86	150	14.4	13.6	14.7	241.5	ТТК №86	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	200	0.0	0.0	15.5	61.9	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6		
Итого за обед		50	3.8	0.3	25.1	118.4		
		670	23.9	16.4	88.4	599.9		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3.8	4.9	37.2	208.5		
	КОВЕЛЬНИЙ 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, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ ТТК №61	70	11.6	15.2	11.0	234.5	ТТК №61	
	КАША РАССЫЛЧУГАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8.1	5.6	36.9	234.4	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		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	450	22.1	21.0	72.8	579.3		
Итого за Ужин								
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	76.1	279.8	2 151.5		

Повар

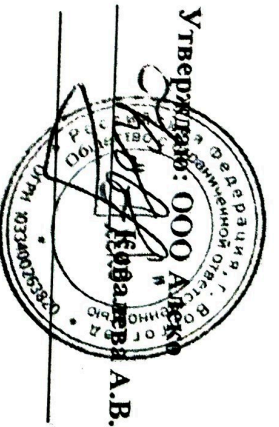
Согласовано



ЕЖЕДУШЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

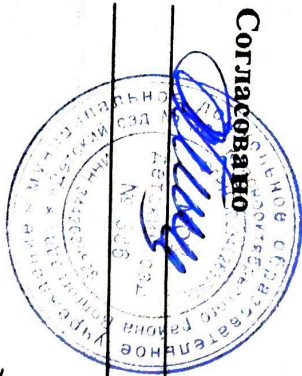


Утверждено: 000 Алекс

А.В.

Применение	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 11	СВТ МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	КОРЕЙСКИЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №385	180	2,8	2,2	15,4	92,9	385	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
	Итого за завтрак	405	9,9	14,1	48,1	382,2		
2 Завтрак	БЕЛЮК, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМАДОРЫ СОЛЕННЫЕ							
	СВТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТОМ БУЛШОЕ ТТК №87	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64, 348	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №64, 348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЯНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	88,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		670	23,9	11,8	105,8	645,7		
Полдник	БУЛОЧКА, ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	187,3	467	2011
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин	МЯСА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №64	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	КОТЛЕТА РУБЕЦОВАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№55	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ПИМОНОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
Итого за ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
		552	19,8	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		
Всего за день:			63,3	56,4	319,8	2 094,5		

Повар _____



ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

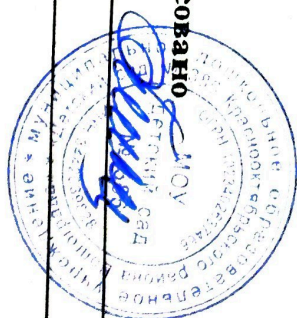
Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 12	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	28,0	197,6	ТТК №104	
	КОРОВАЧНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	Итого за завтрак	435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2 Завтрак	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОДЫ ИЛИ ПТИЦА ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КОМБИНОВАННЫЙ ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за обед	630	36,9	36,2	99,8	879,0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397	2011
	Итого за полдник	250	7,7	8,2	53,7	321,1		
Ужин	КОМБИНОВАННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	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	506,6		
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		

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено 09.09.2010
Алеко
Ковалева А.В.

Повар

Прем пищи	Прем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 13	Завтрак							
	КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №384	180	2,7	2,3	14,0	87,6	384	2011
	Итого за завтрак	306/20	2,3	3,7	27,4	158,7	2	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №398	415	13,3	10,2	77,1	457,7		
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4	398	2011
	Обед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (ПОВАДИНА) ТТК №85	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	70/50	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за обед	720	21,9	20,1	89,2	636,7		
Подлунник	БУЛЬОНА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011
	Итого за Подлунник	250	4,7	3,3	49,7	259,0		
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	8,6	3,1	122,8	ТТК №74	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	165	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	Итого за Ужин	450	18,1	10,7	67,7	447,1		
	Итого за 2 ужина	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
	Итого за 2 ужина	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Всего за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар	Итого за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Итого за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Итого за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
	Итого за день:	180	5,1	4,4	7,0	92,5		

COBATIO

Удостоверено: 0004

Зима-Осень

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

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Примечание Неделя 3 День 14								
Завтрак	ИЖРА КАЗАХСКАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	БАТОН	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,6		52,4		
Итого за завтрак		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСООСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОМПОТ ИЗ СРЕДНИХ ПЛОДОВ №372	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		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, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7		
Ужин	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	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	71,0		
Итого за Ужин		490	20,4	20,4	78,2	600,9		
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		
Всего за день:			68,6	70,3	241,4	1 917,5		

Повар

Соборано

Удостоверено: 01.09.2016
Алексо
Копарева А.В.

УТВЕРЖДАЮ: 0000А

Зима-Осень

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

	Промежуточные данные	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4									
День 16									
Завтрак		КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		КОРЕАНСКИЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		БАЛОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак			455	15,2	10,9	90,5	525,6		
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРЯНЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрака			200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	56,8	376	2011
		ХЛЕБ ТЕКСТИЛЬНЫЙ	40	2,8	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед			600	19,4	11,7	53,8	455,6		
Подливки		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Итого за Подливы			250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужины		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Ужины			460	18,1	11,4	54,4	400,6		
2 Ужины		КЕФИР №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		
Всего за день:				62,8	49,1	282,0	1 846,8		

Повар

Согласовано

Зима-Осень

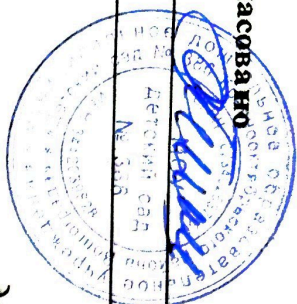
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОКАМИ №384 БЫТЕРСКОЕ С СЫРОМ №3	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	384	
		305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	
		405	9,8	16,2	57,0	425,4		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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 БЕЛОКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ №20 БОРЩ НА МЯСНО-КОСТОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ ТТК №60 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КУСЬЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200	
		70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		Итого за обед	685	21,2	24,6	93,7	696,6	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДИЛОМ №382	50	3,8	4,9	37,2	208,5	382	2011
		Итого за полдник	180/10	0,1	0,0	9,8		
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383 БАТОН	150/80	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	2011
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	
		45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		452	31,7	22,6	63,2	399,3		
Итого за 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:		72,7	72,9	287,5	2145,1			

Повар

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



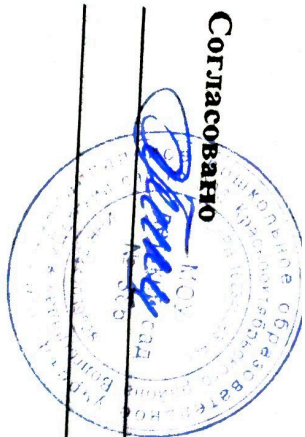
Утверждено: ООО Алеско

Моналгова А.В.

Примечание	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18	Завтрак							
	КАША ЖЕЛТОЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/6	7,8	5,5	28,5	196,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	СОП (ПОРПРИЯЛИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
	Итого за завтрак	400	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	400	1,8	1,0	38,6	174,6		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №33	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87	
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
	Итого за обед	620	38,0	39,1	86,6	857,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	КОФЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
	Итого за Полдник	250	4,1	3,0	58,0	274,9		
Ужин	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за Ужин	467	14,8	18,4	45,6	427,6		
2 Ужин	МЕФОР №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	2163,8		

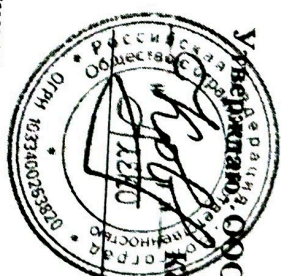
Повар

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Утверждено: ООО Алго
Ковалева А.В.

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 19	ИРА КАБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НА ТУПЫХ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	248,4	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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	6,5		
	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 №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КОФЕИН-ЧАЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	103,1	395	2011
		250	6,9	7,3	54,2	311,6		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛ И РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
Ужин	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,8	36,9	234,4	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		
		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Итого за 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		

ЯКОВАРИНО

Зима-Осень

Утверждено: ООО Алеко
Общество с ограниченной ответственностью
"АЛЕКО"
Ковалева А.Р.

Номер	г.в.	г.в.	г.в.
	19,1	279,8	2 151,5

Прочие пиццы	Прим. пицц, 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 ЖАРКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	КОРЕННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №285	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за завтрак		430	15,2	6,1	78,5	447,5		
2. Завтрак								
	ФРУКТЫ ОВЯЖЕ (БЕЛЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	ИЩА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАПТОФЕЛЕМ НА КИСЛО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БАТОНЧИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	МАКАРОННЫЕ МАДЕЛЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЫЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		680	24,5	28,4	112,6	616,1		
Полдник								
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8		
Ужин								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУСЧЕНЬИКА С СОУСОМ СМЕТАНЫИ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДОМ №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		470	16,2	14,0	49,6	407,5		
2 ужина								
	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		
Всего за день:			67,6	63,1	319,5	2 160,6		