

Согласовано Заведующим

Ирина Александровна
 Директор



Утверждаю: ООД Алеко

А.В. Ковалева
 Ковалева А.В.



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

Примен пищи	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Неделя 4 Вариант 20	КАШИ ХУДШАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	28,1	175,1	ТТК №105	2011		
	КОБЕИ-НЫ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №395	100	2,4	1,9	12,2	75,1	395			
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8				
	СЫР ПТОРЛИМЛИ №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7			
	Итого за завтрак	355	13,6	8,1	61,9	373,7				
2. Завтрак	СРУХТЫ СВЕЖИЕ (ВЯЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011		
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19	91,2				
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,8	2,7	2,3	35,7		2011		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	82,4	ТТК №28			
	КОТЛЕТЫ ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЬЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61			
	МАКАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	29,3	166,1	205			
	КОМБЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕЛ, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383			
	ХЛЕБ ПЕРГЕВАУЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2				
	Итого за обед	535	15,8	19	92,9	593,96				
	Уплотнительный подливник	ПОЛИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,4	0	0,9	5,5			2011
		ФРИКАДЕЛКИ ВЮСЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №321054	100/30	8,5	9,7	15,8	201,4		ТТК №32, 354	
ЧАЙ С САУРОМ, ВАРЕНЬЕИ, ДЖЕМОИ, МЕРОМ, ПОВИДЛОМ №392		100/10	0,1	0	9,8	39,4	392			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46				
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2	14,9	63,4				
Итого за Уплотнительный подливник	400	12	11,8	51,2	378,7					
Итого за день			42,2	39,7	225	1434,56				

Повар

Согласовано Заведующим

[Handwritten signature]
 65
 11.04.11

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

[Handwritten signature] Ковалева А.В.



Премы пищи	Премы пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Вариант 19	КОРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	130,3	ТТК №72		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	78,2	394	2011	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
	Итого за завтрак	350	14,2	14,5	40,6	397			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,5			
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №68	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №68		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,8			
	Итого за обед	370	19,5	15,8	58,6	448,8			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	0,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	РАДИС РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДЖЕМОМ, МЕРЛО, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06			
Итого за день:			50,5	43,78	189,5	1402,76			

Повар

Согласовано заведующим

Ирина Владимировна



И.И.И.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеро

Ирина Александровна Ковалева А.В.



Промеж meals	Промеж пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 Вариант 18	КАША ЯГЛДЖУЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6.4	4.6	23.4	159.2	ТТК №104	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДЖЕМОМ, ШЕКОЛ. ПОВИДЛОМ №392	180/10	0.1	0	9.8	39.4	392	
	БАТОН	40	3	1.2	20.6	104.8		
Итого за завтрак		280	9.5	5.8	53.8	303.4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №308	200	0.8	0.8	19.0	91.2	308	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №309	180	0.9	0.2	17.7	75.1	359	2011
		280	1.7	1.0	36.7	166.3		
Итого за 2 завтрака								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №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	75.9	ТТК №87	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №57	130	10.9	15.9	36.5	291.9	ТТК №57	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №312	150	0.1	0.1	17.4	71.8	312	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧЬИ	40	2.6	0.4	17	81.6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	20	1.5	0.1	9.7	46		
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	620	17.6	29.7	94.8	596.6			
Итого за обед								
Уплотнительный полдник	ТЕПЛИН 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 ЛИМОННОМ №303	180/107	0.2	0	10	41.7	303	
Итого за Уплотнительный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	25	1.9	0.2	12.5	59.2		2011
		412	10.7	12.3	48.5	342.5		
Итого за день:			29.5	39.8	233.8	1403.8		

Повар

Согласовано заведующим



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

Утверждено ООО Алеко

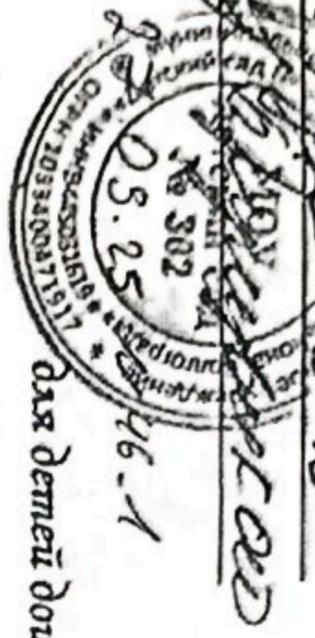


Примен пищи	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17	ЗАВТРАК	150	2,3	6,0	23,7	183,5	ТТК №102	2011
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	355	7,7	10,4	48,0	321,2		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ИКЗ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ НА КИСЛОЖИСТОМ ВУЛЬФОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	ОРИЗОВЫЙ СУП В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	2011
	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛЫВА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	28,3	166,1	205	2011
	ЮСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕИ, ВАРЕНЬЯ №393	150	0,1	0	21,1	84,8	393	2011
	ХЛЕБ ПЕХЛЕВАНСКИЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед	645	15,4	19,3	79,4	500,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕЧЕНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	82,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник	400	24,4	18,8	55	553,1			
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1439,8		

Повар

Сотласовано Завернувший

В.В. Ковалева
 Д.С. 25
 № 302



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждено: ООО Алёко
Алёко
 Ковалева А.В.



Применение	Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 16	КАША ЖОЛТАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	САХАРНЫЙ РАСТВОР С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30,5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак	395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 Завтрак	ОПУШКА СВЕЖАЯ (БЕЛКОМ) №359	200	0,8	0,8	19,0	91,2	359	2011
	Итого за 2 завтрака	200	0,6	0,8	19	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	426,4		
Уплотнительный полдник	СУПЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотнительный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Итого за день:	420	14,5	15,6	68,1	400,3		
Итого за день:			49	43,4	224,5	1483,3		

Повар

Согласовано Заведующим
 № 1502
 14.6.1.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

Примы пищи	Примы пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок действия
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 15	СЛИ МАСЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ПЕЧЕНЬЮ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак	ОБП (ГОРЧИЦЫ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		250	11,3	8,7	47	213,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №238	200	0,8	0,8	19,0	91,2	393	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИГРА КУБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СЛИ С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЕЧЬ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №57	130	10,8	15,9	36,5	291,9	ТТК №57	
	КОСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕВЫЯ №303	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕВАЯ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	500	16,2	20,7	88,2	563,4		
Успокоительный полдник	КОШЕТА, БИТОЧКА, ШИШЛЕБИ РУБЕЦОВЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАДУ ОВОЩНОЕ С ВАРИАНТ №34	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БИТОЧКА ВЕЩУШКА №473	50	4	3	29,6	180,9	473	
Итого за успокоительный полдник		427	14	15,9	75,2	491,26		
Всего за день:			42,3	46,1	229,4	1459,26		

Поезд

Согласовано - здравуащш

Врач педиатр
 Д.Мед.наук, профессор
 Ф.И.О. В.И.О.
 46.1

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждаю: ООД Алеко

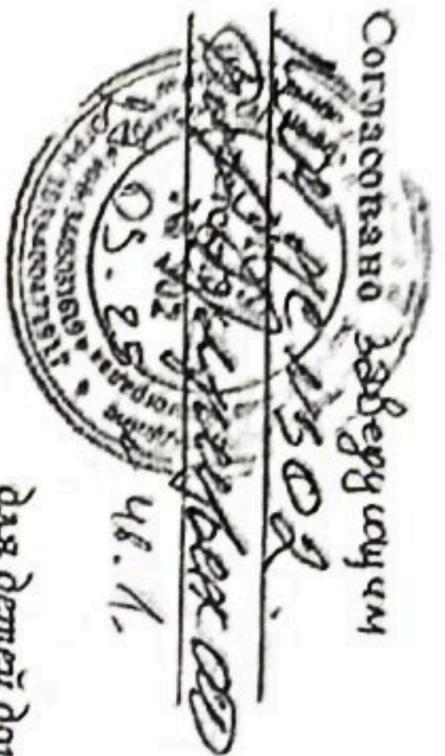
Ковалева А.В.



Пример пищи	Надлежа 3	Вариант 13	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур			
					Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак			КАША ЖЕЛТКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011			
			ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №354	160	2,8	2,4	9	81,3	354				
			БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131					
Итого за завтрак				360	13,6	7,4	63,8	387,4					
2. Завтрак			СОК ЯБЛОНЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011			
Итого за 2 завтрака				180	0,9	0,2	17,7	75,1					
Обед			ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9					
			СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88				
			ТЕПЛИН С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011			
			КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011			
			КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	2011			
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6					
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46					
			Итого за обед	690	15,9	14,7	77,6	434,7					
			Успокоительный полдник			СУПЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	0,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
						КАША РАСОБЛАНТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166	120	3,1	3,1	31,8	171,1	166	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУЕКОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1				0	9,8	39,4	392	2011			
Итого за Успокоительный полдник			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46					
			БУЛОЧКА ВЕЩИЧКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011			
			Итого за полдник	430	15,2	14,4	83	490,1					
Всего за день:				45,6	36,7	242,1	1447,3						

Поезд

Согласовано Задегуш Иу ЧМ



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта-типа	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Напиток 3 Вариант 12	КАША ХОЛДЮЯ (премиум-класс) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	150,2	ТТК №104	2011
	КОБЕЛЫШИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	СЫРСЫЙ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	150,7	2	
Итого за завтрак		395	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,0	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,5	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СЕБЕДИИ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СМЛ КУРТОБЕЛЫШИ НА БУРЯНОМ БУЛЬОЧЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЕЧЕ ИЛИ ПИЦЦА ТТК №87	130	10,9	15,9	30,5	291,9	ТТК №87	
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДА, ДЖЕМО, ВАРЕНЬЯ №360	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИШИ	20	1,2	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИШИ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5	
Удобрительный	ИМРА КАВАУКОВАЯ КОНСЕРВОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,0	64,1	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	
	НАПИТОК ИЗ ПИЦЦОВ ШИТОБИ-УКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	УЧЕБ ПЕЧЕНАРИШИ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за удобрительный напиток		410	10,8	12,2	89,3	377,8		
Итого за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Поезд

Согласовано Заведующим

С.В. Ковалева
 № 302
 ч.б. 1

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждаю: ООД Алеко

Алеко
 Ковалева А.В.

Применение пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 10	МЯСА КАСАХОВСКАЯ 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	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №34	150	2,6	2,3	11,2	76,2	304	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		250	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №39	180	0,9	0,2	17,7	75,1	309	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОСУЩЕ СВЕЖИИ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКAROHHЫМИ И СЕДЕЛЫМИ НА КУРНОМ БЛЮШЕ ТТК №8	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №8	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №36	150	0	0	11,6	48,5	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,6	0,4	17	81,9		
	ХЛЕБ ПШЕНАЯ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		540	21	15,9	66,2	494,8		
Уплотнительный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЦОВЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧЕНАЯ) №166	120	6,3	4,43	28,7	200	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №92	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНАЯ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотнительный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			62	43,88	190,2	1448,76		

Повар

Согласовано _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



ЗАО "Алко"
Ковалева А.В.

Пример пищи	Пример пищевого наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 9	КАША ЖЕЛТОЯ (глютенная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОЛОКО КАРТЕРЕННОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №200	160		0,9	0,2	17,7	390	2011
Итого за 2 завтрака		160		0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КУРТОБЕЛЫ НА УКСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СЫРНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНЬИ С РИСОМ ТТК №68	130,5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕЦЫ №303	150	0,1	0	21,1	84,8	303	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИШИ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	488,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,8	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6		

Поезд _____

Согласовано заведующим
 [Подпись]
 [Подпись]
 № 6-1

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

Утверждает ООО Алеко
 [Подпись]
 Кондаева А.В.
 [Подпись]
 Алеко

Применяемые продукты	Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок годности
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 2 Вариант 8	КАША ЖЕЛТОКОВАЯ (цельная) ТТХ №03	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТХ №03	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОЙ ЦЕДРОЙ	150/7/2,5	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	САХАРОЗА (ПОРЦИОННАЯ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	Итого за завтрак		265	11,2	6,4	59,2	340,7	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №06	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 СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
	СУП С МАКОРОН-БАБИ ИДЕЛЬБИРИИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТХ №08	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №08	
	ГОРБУНЫ ПЕЧЕНЫЕ ТТХ №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТХ №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №316	150	0	0	11,8	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ-БАВ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	58,2		
	Итого за обед		540	15,3	12,9	69,2	483	
Удобрительный полдник	СЫРОКОМБИНИРОВАННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ СУХОЙ КОФЕ РАСТВОРИМЫЙ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТХ №152, 477	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОЙ ЦЕДРОЙ	150/7/2,5	0,1	0	7	29	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАУЛДЕНАЯ №467	50	4,1	3,0	28,8	167,3	407	
Итого за Удобрительный полдник		400	16	22,2	89,5	586,6		
Итого за день			43,3	42,4	237,2	1437,3		

Повар

Согласовано и заверено



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Утверждаю, ООО Алеко
Ковалева А.В.



Премь пищи	Примен. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур-группы	Сборник рецептур		
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТХ №72 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДЖЕМОМ, МЕРЛОУ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН Сыр (топливание) №7	130	0,1	8,4	6,5	130,3	ТТХ №72	2011		
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392			
		30	2,3	0,9	15,4	78,6	7			
		5	1,2	1,5	0	17,7				
		355	11,7	10,8	31,7	316				
		Итого за завтрак								
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399		2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТХ №202 МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (гусиное) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТХ №234 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИИ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011		
		150/15	4,1	4	10,4	94	ТТХ №202			
		130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТХ №234			
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372			
		35	2,3	0,3	14,8	71,4				
		30	2,3	0,2	15,1	71				
		560	22,1	12	86,8	563,4				
Итого за обед		507/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТХ №25			
Уплотненный полдник	ТЕАТРЕЛ С СОУСОМ (гусиное) ТТХ №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011		
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394			
		40	3,1	0,2	20,1	94,7				
		430	15,1	14,3	67,7	400,1				
Итого за Уплотненный полдник										
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,8				

Товар

Согласовано и утверждено ИМ

Ирина Владимировна
 25
 10.11.2011

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

Утверждаю: ДОО Алеко

Алеко
 Ковалева А.В.

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур-группы	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант Б	КАША ЖЕЛТЫХ (каштан) ТТК №23	150	6,1	3,4	26,8	153	ТТК №23	2011
	ЧАЙ С ПРИЛОЖИМ №303	150/73,5	0,1	0	7	29	303	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак	СЫР ПОРЧУВАНЬИ №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		365	11,2	6,4	59,5	240,7		
2 Завтрак	ОУРГЕТЫ СВЕЖИЕ (ПРЕЛОЖИ) №28	200	0,8	0,0	19,0	91,2	283	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОУРГЕТ СВЕЖИИ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СПИ С МАКАРОН-БЕЛКИ И СЕЛЕНЬИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №8	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №8	
	ПОДВЫЛ ПЕРИВЬЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	КОМЛОТ ИЗ СУЛЬЦЫХ ФРУКТОВ №76	150	0	0	11,6	46,5	76	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬИЧЬИ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬИЧЬИ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬИЧЬИ	640	15,2	12,9	69,2	463		
Уплотнительный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С КОРЖОБЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧ-НЫМ	130/40	10,3	18,3	43,9	244,3	ТТК №152, 477	
	САЛАТ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/73,5	0,1	0	7	29	303	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №303	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬИЧЬИ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотнительный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16	22,3	89,5	586,6		
Итого за день:			43,2	42,4	207,2	1481,5		

Поезд

Согласовано Заведующим

В.И. Сидорова
 25
 25

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждаю: ООО Алеко
А.В. Ковалева
 Ковалева А.В.



Примеры пищи	Примеры пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖОЛТЫХ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №295	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БЫТЕРРОД С ДВЕМЛЮИ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №299	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ ОВЕРСЫ ИОЗ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУРИЦЫ БУЛОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	2011
	ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №87	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕЛА ВАРЕНЬЯ ИОЗ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНАЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,8	29,8	100,4	617,5		
Уплотненный	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ БЛЮЧОИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАЛОМ СЛИБОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПОПОВ ШИТОВЫХА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный напиток		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный напиток		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Итого за день:			40,6	43	239,6	1457,8		

Лист 2

Сотласованно 3088 урдуучи



ЖЕЖЕДНЭВЖНОЕ 20-ти ДЛГЭВЖНОЕ ЖЭЭЖДО

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алэко



Ковалева А.В.

Примен. пищи	Примен. пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур-группы	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Вариант 4	СЛТ ИСТОЧНИК С КУРТОЙ (ГРЕЧЕВЫЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011		
	ЧАЙ С ЛАМОНАМ №303	150/70,5	0,1	0	7	29	393			
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	7			
	ОБЪЕД (ПОРЧИВУМ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7			
	ФРУКТЫ СЕДНОЕ (ЯБЛОКО) №208	200	0,8	0,8	19,0	91,2	208			
	Итого за завтрак	565	10,3	7,9	64,2	376,4				
	2. Завтрак	СОК ЯСНО-ЧЕРНЫЙ №399	180	0,0	0,2	17,7	75,1		399	2011
	Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
	Обед	ПОМИДОРЫ ОБЖАДЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			2011
		СЛТ С МАКАРОННЫМИ ИДЕЛЛИЯМИ НА УКСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2		ТТК №88	
ТЕОТЕЛГИ С СОУСОМ (Поварная) ТТК №65		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65			
ШАКОРОННЫЕ ИДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205		110	4,1	4,4	28,2	186,1	205			
КОМПОТ ИЗ СЛИВНЫХ ФРУКТОВ №376		150	0	0	11,6	48,5	376			
ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46				
Итого за обед		660	16,1	14,4	84,1	521,8				
Уплотнительный полдник		КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	50	6,1	8	8,1	109,9	ТТК №82	2011	
		ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №992	160/10	0,1	0	9,8	30,4	992			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46				
	БУЛОЧКА БЕСЧИШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473			
Итого за Уплотнительный полдник	420	14	14,4	72,8	460,8					
Всего за день:			41,3	36,9	234,8	1402,1				

Поезд

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко
 [Подпись]
 Ковалева А.В.



Примеч. пицци	Примеч пицци, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецепт-туры	Сборник рецептов		
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Вариант 3	КАША ХЛОДОВА (каштан) ТТК №83	150	6,1	3,4	25,8	183	ТТК №83	2011		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕРЛО, ПОВИДЛОМ №392	180/110	0,1	0	9,8	39,4	392			
	БЯДКА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213			
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
	Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	123,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №359	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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/110	1,5	6	7,5	91,2	ТТК №28			
	ЗАПЕКАЮЩАЯ КУСТОРЕБЯЧА С УКСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №78	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 78			
	ЧАЙ С ДАМОНОМ №333	150/73,5	0,1	0	7	29	383			
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЯНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46				
	Итого за обед		540	14,6	12,1	58,5	426,7			
	Употребляемый подлиник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВКИ ИЛИ СВЕДЛЫ (сметана) №324	40	0,6	1,4	4	30,4		324	2011
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШКЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫЙ ТТК №81, №354	60/30	6,7	9,7	16,9	167,96		ТТК №81, №354	
		КАША РАСОБЛАНТАВА С ОБЖАМЫ (ПЕЧЕНЬЯ) №166	110	5,7	6,4	28,3	191,4		166	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372		180	0,1	0,1	20,9	86	372			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71				
Итого за употребляемый подлиник		440	15,4	17,8	83,2	543,76				
Итого за день:			44	39,1	206	1402				

Плюс:

Согласовано Заведующий
 МОХ Детский сад № 302
 03.25.11
 46.1



МУНИЦИПАЛЬНОЕ
 ДОШКОЛЬНОЕ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 302
 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"

Утверждаю: ООО Алеко
 Ю.В. Ковалева А.В.

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



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак	150	3,8	4,2	13,6	110	ТТХ №107/1	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8	1	2011
	Итого за завтрак	350	9,4	7,7	45,4	299		
	Итого за 2 завтрака	180	0,9	0,2	17,7	75,1	309	2011
Итого за 2 завтрака	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 ТТХ №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №88	
	Жаркое по-домашнему ТТХ №875	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТХ №875	2011
	Колбаски свиные с картофелем ТТХ №876	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	520	23,5	21,5	59,8	500,5			
Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (овсяная) ТТХ №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТХ №65	
	Пюре картофельное №41	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	Чай с сахаром, варенье, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	Буточка ванильная №407	50	4,1	3,9	28,9	167,3	407	2011
Итого за Уплотненный полдник	445	14,2	15,1	77,0	491,0			
Итого за день		46,0	44,8	199,9	1395,6			

Поезд