

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 302
БОРОШНОВСКОГО
РАЙОНА
ВОЛГОГРАДА

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Утверждаю: ООД Алеко
Ковалева А.В.



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

Примечание	Примечание	Примечание	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок действия
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КУРУТОЙ (РЕЦЕПТОВЫЙ ТТХ №107)		100	3,8	4,2	13,6	118	ТТХ №107/1	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №294		150	2,6	2,3	11,2	78,2	354	2011
	БЫТЕРРОД С КИСЛОМ		40	3	1,2	20,6	104,8	1	2011
Итого за завтрак			350	9,4	7,7	45,4	299		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399		100	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака			450	10,3	7,9	63,1	374,1		
Обед	КОРПУС КУСУКОВОЙ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОНИКАМИ КАДЕЛЬЯМИ НА КИСЛОМ БУЛЬОНЕ ТТХ №388		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №388	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАНЕНАУ ТТХ №575		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТХ №575	2011
	КОМПОТ ИЗ СЫВЕНЬХ ФРУКТОВ №376		150	0	0	11,6	48,5	376	
	ХЛЕБ ПЕПЕЛЬЯЧЬИ		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	8,7	48		
Итого за обед			520	23,5	21,5	59,8	510,5		
Успокоительный полдник	ТЕОТЕЛИН С СОУСОМ (рецепт) ТТХ №65		5000	8,6	7,8	15,2	143,9	ТТХ №65	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №21		110	2,3	3,3	15,6	104,9	21	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДРЕШОМ, МЕРЛОМ, ПОВИДЛОМ №292		18010	0,1	0	9,8	39,4	292	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,1	0,1	7,5	38,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	4,1	3,9	28,9	187,3	457	2011
Итого за Успокоительный полдник			445	14,2	15,1	77,0	491,6		
Итого за день				43,0	44,6	199,9	1385,5		

Повар



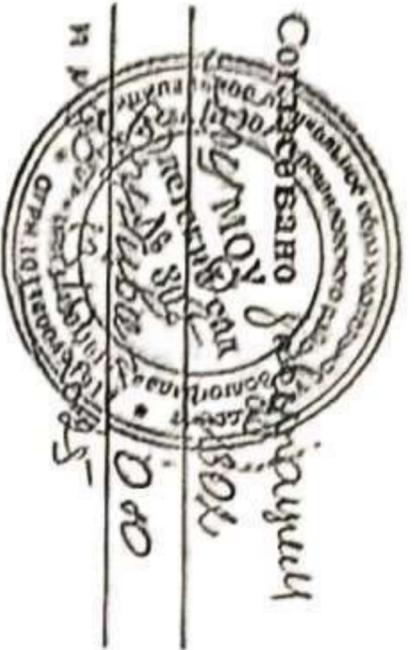
Согласовано
 Директор
 И. В. С. 13.10.2011

Утверждаю: ООО Алеко
 Зина-Осень
 Директор
 А. В. Валеева

РЕЖИМ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	На раздел-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины			
Завтрак Вариант 1	КАША ЖИДКАЯ (гречневая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	129,2	ТТК №104	2011
	Молоко	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	40	2	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак	350	9,5	5,8	53,8	263,4			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоко) №358	200	0,8	0,8	19,0	91,2	358	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №359	180	0,6	0,2	12,7	75,1	390	
	Итого за 2 завтрак	380	1,7	1,0	31,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КОРНИИ БУЛЬОНЕ ТТК №17	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №17	
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,6	38,5	291,5	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,2	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	480	14,8	20,4	78,6	529,3			
Уплотненный полдник	СУП ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	0,3	19	112,7	125	
	ЧАЙ С ЛИМОННОЙ №33	180/10/7	0,2	0	10	41,7	33	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	112,4		
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	81,4		
Итого за Уплотненный полдник	437	14,4	12,8	71,1	424,9			
Всего за день:		40,4	41,0	238,2	1414,4			

Повар _____



Сотрудничать
 Д.А.О.
 М.П. [Signature]
 ФЕДЕРАЛЬНОЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕLSКОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 ФГБУН ЦЕНТРАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО АГЕНТСТВА ПО ТЕХНОЛОГИИ БЕЗОПАСНОСТИ ПИЩЕВОГО НАЗНАЧЕНИЯ
 Зима-Осень
 Ковалева А.В.
 ООО Алеко

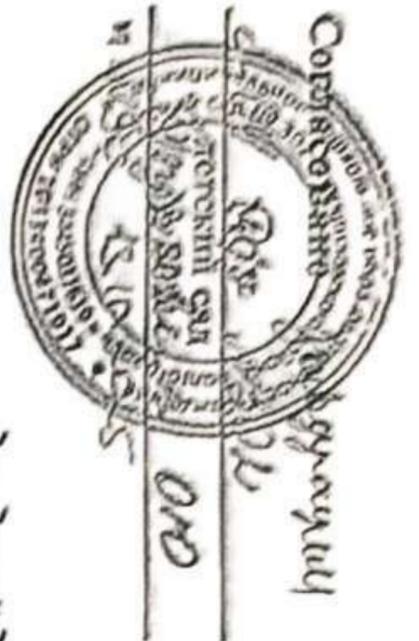
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Примечание	Применение пищи	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак Вариант 3	Каша манная (цельная) ТТК №23 чай с сахаром, варенье, джем, медом, повидлом №202 яйца вареные №213 батон	150	6.1	3.4	25.8	163	ТТК №20	2011			
		180/10	0.1	0	9.8	39.4	392				
		64	5.5	5	0.3	59.5	213				
		20	1.5	0.6	10.3	52.4					
		405	13.2	9	47.2	214.4					
Итого за завтрак											
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №239	180	0.9	0.2	17.7	75.1	399	2011			
Итого за 2 завтрака											
Обед	ОГРЕБ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАПТОРЕЛЕМ НА КИСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КИСЛОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (сметана) ТТК №78 чай с лимонном №23 ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЯЧНЫЙ ХЛЕБ ПИШЕВИЧНЫЙ	30	0.2	0	0.5	0.9		2011			
		150/10	1.5	5	7.5	81.2	ТТК №28				
		150	10.0	6.8	25.3	215.9	ТТК № 78				
		150/70.5	0.1	0	7	25	393				
		20	1.2	0.2	8.5	42.8					
		20	1.5	0.1	9.7	48					
		540	14.6	12.1	58.5	429.7					
		Итого за обед									
		Уплотнительный поджиг	ПОРЕ ИЗ ПОРКОВИ ИЛИ СВЕДЫ (сметана) №24 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШРИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61№24 КАША РАСОЛЕНАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧЕНАЯ) №100 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №272 ХЛЕБ ПИШЕВИЧНЫЙ	40	0.6	1.4	4		32.4	324	2011
				50/30	6.7	9.7	18.9		162.98	ТТК №61, №24	
110	5.7			6.4	29.3	192.4	168				
180	0.1			0.1	20.9	86	372				
30	2.3			0.2	14.1	71					
Итого за Уплотнительный поджиг											
Итого за день:			44	39.1	209	1402					

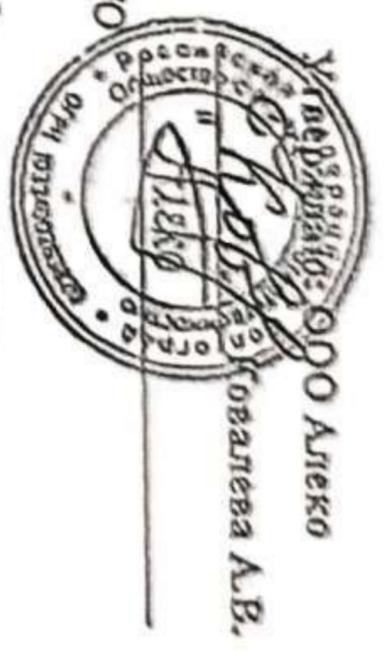
Получил Яковба Ш.В.

16.10.13

10.10.13



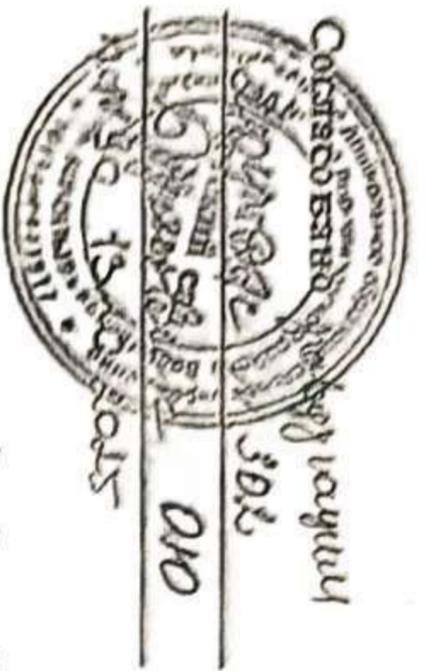
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО
ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО
ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ



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

Прочая пища	Прочая пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Срок хранения	
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Начальник Вареники-4	СОП МАКОНОЧНЫЙ С КУРТОМ (ПРЕЧЕДОВОЙ) ТТХ №106	150	4,4	4,1	12,5	104,2	ТТХ №106	2011	
	ЧАЙ С РАДИКОМ №20	150/72,5	0,1	0	7	25	201	2011	
	САТОН	50	3,8	1,5	25,7	101	011	2011	
	ОУР ПОСЛУЖИЛИ №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
	ФРУКТЫ СРЕДНЕЕ (РЕДИОХ) №20	200	0,8	0,8	19,0	91,2	201	2011	
Итого за завтрак		555	10,2	7,9	64,2	375,4			
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	СОП РАДИКОМЫЙ №200	180	0,9	0,2	17,7	75,3	205	2011	
		180	0,9	0,2	17,7	75,3			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			
	СОП С МАКРОНОЧНЫМИ ИСДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-ХОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТХ №8	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТХ №8		
	ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (поедичная) ТТХ №85	50/20	6,6	7,8	15,2	142,9	ТТХ №85	2011	
	МАКРОНОЧНЫЕ ИСДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	28,2	158,1	205	2011	
	КОМПОТ ИЗ СЛИВЕННЫХ ФРУКТОВ №20	150	0	0	11,5	48,5	015	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНО-РЫЖИЙ	20	1,3	0,2	3,5	42,3			
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНО-РЫЖИЙ	20	1,5	0,1	2,7	46			
	Итого за обед		520	14,1	14,4	24,1	521,5		
	Углеточный напиток	КОТЛЕТЫ ПУБЛЕЧНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТХ №2	50	6,1	8	3,1	102,6	ТТХ №2	
		ПРОПЕКАРТОБЕЛЬНОЕ №21	110	2,3	3,3	15,3	104,9	201	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕРЛОМ, ПОВИДЛОМ №202		150/10	0,1	0	9,3	29,4	202	2011	
ХЛЕБ ПШЕНЧАНО-РЫЖИЙ		20	1,5	0,1	3,7	45			
Итого за Углеточный напиток		50	4	3	29,6	182,9	423	2011	
Итого за день		420	14	14,4	72,9	480,3			
Счета за день			47,3	35,9	228,3	1422,9			

Повар Заварова Т.В.



**РЕЖИМ ДНЕВНОГО И НОЧНОГО СНА
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**



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

Применяемые продукты	Применяемые блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Объем посуды	
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Вариант 5	КОШУА ЖЕЛТОКАЯ (перуанская) ТТХ №104	150	6,4	4,6	20,4	159,2	ТТХ №104	2011	
	КОБЕЯНКА КУЛТОК С МОЛОКОМ №335	150	2,3	1,9	14,4	71,2	335	2011	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	200/200	2,3	2,7	27,4	158,7	2	2011	
	Итого за завтрак	355	11	10,1	62,2	387,2			
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕДЕЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	СУП КУРТОБЕЛЬНЫЙ НА ЮРИЧНОМ БУЛЬОНЕ ТТХ №7	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТХ №7		
	ПИРОГ ИЗ ПТИЦЫ ТТХ №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТХ №67		
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМУ ВАРЕНЬЯ №300	150	0,1	0	21,1	84,9	300	2011	
	ХЛЕБ ПЕКСЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,9			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
	Итого за обед	530	17,9	20,3	100,4	572,5			
	Уплотнитель	МЯСА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		КОТЛЕТЫ БИЛОВОГО РЫБНЫЕ СЛИЧЕВНЫЕ ТТХ №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТХ №77	
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С КИСЛОМ СЛАБОКИСЛЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
МАЛИТКИ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОНИКА №398		180	0,6	0,3	12,1	58,3	398	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за Уплотнитель	410	10,8	12,2	59,3	377,3				
Всего за день:			40,6	43	229,3	1457,8			

Лист №



Согласовано разработчиком
 В.В. Мещеряков
 М.И. Сидорова

РЕЖИМ ДНЕВНОГО 20-ти ДНЕВНОГО МЕНЮ

Зима-Осень

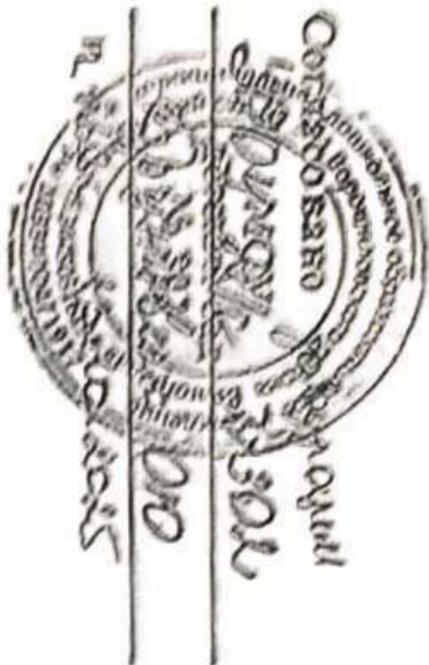
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждает: А.В. Кавалева А.В.
 А.В. Кавалева

Применяемые продукты	Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Исходный продукт	Объем упаковки
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г			
Недольга 2 Вариант 6	Хиша жидкая (сметана) ТТК ИМД	150	6.1	3.4	28.3	500	ТТК ИМД	2011
	Чай с лимонной цедрой	150/70.5	0.1	0	7	25	500	2011
	Батон	50	3.8	1.5	26.7	100	500	2011
Итого за завтрак	Сыр (порошок) ИМД	5	1.2	1.5	0	100	7	2011
		385	11.2	8.4	59.5	200		
		200	0.8	0.1	19.0	50		2011
2 Завтрак	Фрукты свежие (яблоко) ИМД	200	0.8	0.1	19.0	50		2011
Итого за 2 завтрака		200	0.8	0.1	19.0	50		
Обед	Орфей (солёный)	30	0.2	0	0.5	10	100	
	Суп с макаронными изделиями на мясной подливке	150	2.3	1.9	12.1	70	ТТК ИМД	
	Витамин ТТК ИМД	120/15	7.6	10.4	11.1	100	ТТК ИМД	2011
	Полупанка пшеничная ТТК ИМД	150	0	0	11.6	40	500	2011
	Компот из сушёных фруктов ИМД	50	0.3	0.4	21.7	100		
	Хлеб пшеничный	25	1.8	0.7	12.5	50	500	
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	1.8	0.7	12.5	50		
Уплотненный полдник	Салатик из творога с маком и сметаной с соевым молочным	100/40	10.3	4.3	4.8	200	ТТК ИМД 407	
	Суп с макаронными изделиями на мясной подливке	150/70.5	0.1	0	7	25	500	2011
	Чай с лимонной цедрой	20	1.5	0.1	2.7	40		
	Хлеб пшеничный	50	4.1	2.5	24.9	100	500	2011
	Витамин витаминный ИМД	400	16	2.2	14.5	500		
Итого за полдник		400	16	2.2	14.5	500		

Итого:



**ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень**

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



Утверждаю:
Климова А.В.

Порядок выдачи	Порядок выдачи, наименование блюда	Норма порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г					
№ рецептур Бюджет № 7	СЫР НАТРАВАССКИЙ ТТК №2	130	0,1	8,4	6,5	100,3	ТТК №27	2011		
	ЧУД С СУХОРОМ ВАРЕНАЯ, БУДЕЛОМ, МЕЛОМ, ПОСЫПКОМ	180/10	0,1	0	9,9	20,4	292			
	МОС	30	2,3	0,9	15,4	78,6				
	САЛО	5	1,2	1,5	0	17,7	7			
	ОПЕ ПОРУССКОЕ №7	355	11,7	10,3	31,7	216				
Итого за завтрак	СОС ОСНОВНО-ВИНОГРАДНЫЙ №99	190	0,9	0,2	17,7	75,1	299	2011		
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
№ рецептур	ПОВАРОМЫ СОТЕНАЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	2011		
	САЛ КУРТОБЕЛЬНЫЙ С ЛЬЮСАМИ СРИДУБЕНХУШИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	54				
	ШАКОР-ОБЪЕМ С ЛЬЮСАМИ ИЛИ ПЕЧЕНОМ (печенье) С СОУСОМ	130/50	1,3	7,4	24,4	251,1	ТТК №24			
	КОМОТ НА СЕДЯХ ПЛОСКО №72	150	0,1	0,1	17,4	71,3	372			
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАУСКИЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4				
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАУСКИЙ	30	2,3	0,2	15,1	71				
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАУСКИЙ	560	22,1	12	38,3	522,4				
	Итого за обед									
	Упомянутый поленик	ТЕПЕЛИ С СОУСОМ (печенье) ТТК №55	50/50	6,6	7,8	15,2	44,9		ТТК №55	2011
		ПРОПЕКАРТОБЕЛЬНОЕ №22	130	2,7	4	14,4	120,9		221	
ЧУД С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ ИЛИ №34		120	2,7	2,3	14,0	87,6	284			
ХЛЕБ ПЕЧЕНАУСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7				
Итого за упомянутый поленик		430	15,1	14,3	87,7	482,1				
Итого за день:			49,8	37,2	200,3	1404,9				

Поленик



ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ТЕХНИЧЕСКОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ И МЕТРОЛОГИИ

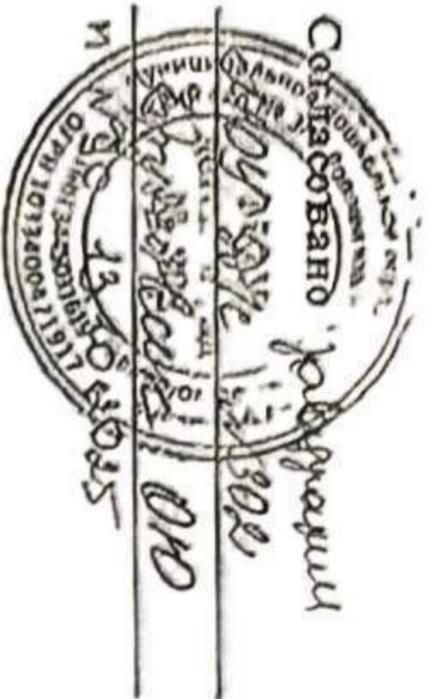
Зима-Осень

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

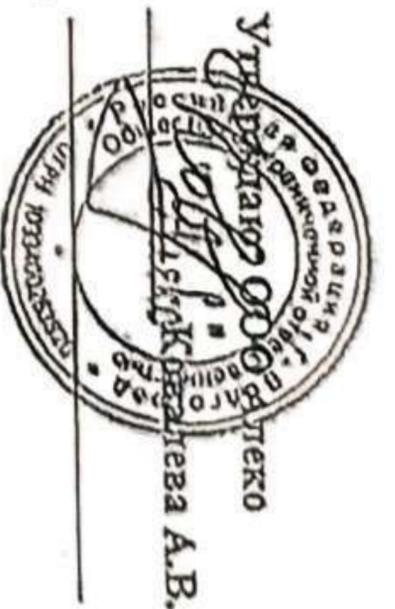


Применяемые ингредиенты	Применяемые наименования	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок годности
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Заготовки Начесть 2 Возраст 8	КАША ЯЧМЕННАЯ (нечес) ТТК №63	150	6.1	3.4	25.8	150	ТТК №63	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОЙ ЦЕДРОЙ	150/10.5	0.1	0	7	25	350	
	САТОН	50	3.8	1.5	24.7	51		
	ОБЕР ПОРЦИОННЫЙ №7	5	1.2	1.5	0	17.1	7	
	Итого за заготовки	365	11.2	6.4	59.5	249.7		
2 Заготовки	ФРУКТЫ СРЕДНЕГО (КРУПНОГО) РАЗМЕРА	200	0.8	0.2	19.0	91.2	350	2011
Итого за 2 заготовки		200	0.8	0.2	19.0	91.2		
ОБЕД	ОТТУЩЕН СОЛЕННЫМ	30	0.2	0	0.5	2.9		2011
	СУП С МАКРУШЬЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ НА ЦЕКО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2.3	1.9	12.1	74.2	ТТК №88	
	ГОЛЫСЫ ПЕРВЫЕ ТТК №75	150/15	7.6	10.4	11.3	116	172.2 ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СЛИВЯНЫХ ФРУКТОВ №076	50	3.3	0.4	21.2	48.5	375	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.5	59.2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15.1	12.1	69.2	453		
	Итого за обед		1000	10.3	19.3	129	344.3	
УПЛОТНИТЕЛЬНЫЙ ПРОДУКТ	СЫР С ЛИМОННОЙ ЦЕДРОЙ	150/10.5	0.1	0	7	29	350	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1.5	0.1	9.7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4.1	3.9	28.9	167.3	457	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	400	18	22.1	89.5	595.8		
Итого за УПЛОТНИТЕЛЬНЫЙ ПРОДУКТ		400	18	22.1	89.5	595.8		
Итого за день			42.3	42.4	227.2	1421.5		

Подпись _____



РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ РАЦИОН
Зима-Осень



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

Применяемые продукты	Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборная рецептура
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	КАША ЖОЛИДЬЯ (пшеничная) ТТК №105 МОЛОКО КИРГИЗСКОЕ №400 БАТОН	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	
		50	3,8	1,5	25,7	131	300,7	
Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	304,7		2011
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,4	300	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,4		2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №8 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №28 КУСОЧЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДРОЖЖА, ВАРЕНЬЯ №333 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	1,9	2,3	29,5	33	2011
		15010	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
		13015	8,9	12,2	14,2	131,3	ТТК №28	
		150	0,1	0	21,1	84,8	300	
		40	2,6	0,4	17	31,6		
		40	2,6	0,4	17	31,6		
		515	13,5	19,5	62,3	482,9		
Итого за обед		13050	16,2	12,3	29,5	368,6	ТТК №157, 427	2011
Уплотнительный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №177 КЕФИР №401 БАТОН	180	5,1	4,4	7	52,5	427	2011
		40	3	1,2	20,6	104,3		
		400	24,3	17,9	57,1	362,9		
Итого за Уплотнительный полдник			52,8	48,3	198,9	482,9		
Итого за день						1274,8		

Подпись _____

СОГЛАСОВАНО
 ШКОЛЬНИКОВ
 Директор ШКОЛЫ
 СОШ № 15

Утверждаю
 Директор ШКОЛЫ
 Валеева А.В.

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

Применяемые блюда	Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок действия	
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Вариант 10	КОФЕ КОЛЫСКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	САХАР НАТУРАЛЬНЫЙ ТТХ №72	130	8,1	8,4	8,5	180,3	ТТХ №72		
	ЧАЙ С ВОЗМОЖНО УЛИ СПИВАКИ №304	150	2,6	2,3	11,2	78,2	304	2011	
	БАТОН	40	3	1,2	20,8	104,8			
	Итого за завтрак	350	14,3	14,6	40,5	397			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №20	160	0,9	0,2	17,7	75,1	200	2011	
	Итого за 2 завтрака	160	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	БОРЩ СОБЕЖИЙ	50	0,2	0	0,5	2,9			
	СУП С МАКАРОН-БЕДИ ИСПЕКАЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТХ №8	150	2,3	1,9	12,7	79,1	ТТХ №8		
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТХ №6	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТХ №6	2011	
	КОМПОТ ИЗ СЛИВЧАХ ЕРУСТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376		
	УДЕБ ПЕЧЕНАЧЬИ	40	2,6	0,4	1,7	81,5			
	УДЕБ ПЕЧЕНАЧЬИ	20	1,5	0,1	0,7	43			
	УДЕБ ПЕЧЕНАЧЬИ	540	31	15,9	68,2	434,9			
	Итого за обед								
	Успокоительный полдник	КОШЕЦЫ ВИТОНОВИ ШИЩЕЛИ РУЛИДРИИ ТТХ №61	50	8,3	8,5	15,1	144,96	ТТХ №61	
		КАША ГРАБСЫЛИСТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНИЦА) №156	120	8,3	4,49	28,7	203	156	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДРОЖЖИ, КЕДРОМ, ПОВИДЛОМ №32		160/10	0,1	0	9,8	38,4	302	2011	
Итого за Успокоительный полдник		400	3,1	0,2	28,1	247			
Итого за день			18,9	18,11	72,7	482,06			
			82	43,89	198,2	1440,76			

Повар _____



ВЕЖДЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень



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

Прочие блюда	Прочие блюда, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецепты	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Соль, г				
Закуска Булочки 11	Сыр колбасный с кукурузой (рисолом) ТТК №107	100	3,6	3,0	12,3	100,8	ТТК №107	2011		
	Корейский салатик с морковкой №205	100	2,2	1,8	11,4	71,2	305			
	Сыр (порционный) №7	6	1,2	1,8	0	17,7	7			
	САТОН	48	3,1	1,2	23,1	117,0				
	САТОН	360	10,1	8,6	48,8	307,2				
2 Закуска Итого из 2 закусок	Яблоко, запеченное в духовке №208	110	0,7	0,8	31,0	137,0	308	2011		
	Итого из 2 закусок	110	0,7	0,8	31,9	137,0				
Обед	Помидоры соевые	30	0,3	0	0,7	4,1		2011		
	Сыр (калорийный) №114, МЯСОКОСТОМ БУЛЬОНЕ ТТК №107	100	2,1	2,2	11,7	78,0	ТТК №107			
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОМ (говядина) ТТК №64	100	14,8	7,0	31,8	272,7	ТТК №64			
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №272	100	0,1	0,1	17,4	71,0	372			
	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	8,3	42,8				
	Хлеб пшеничный	20	1,8	0,1	8,7	48				
	Хлеб пшеничный	20	1,8	0,1	8,7	48				
	Итого из обеда	320	20,1	10,3	78,9	411,2				
	Уплотняющий напиток	Икра свекольно-луковая или морковная (морковный) №54	30	0,1	1,8	2,2	34,8		54	2011
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СЫРНЫМ ТТК №218	60	0,8	0,2	0,9	122,8		ТТК №218	
Итого из напитка		110	2,3	3,3	18,8	104,0	21			
Итого из напитка		180	0,2	0	10	43,7	303			
Итого из напитка		20	1,8	0,1	0,7	48				
Итого из напитка		60	4,1	3,0	28,9	187,3	407			
Итого из Уплотняющих напитков		487	18	13	79,4	412,3		2011		
			48,3	33,3	204,1	1470				

Повар _____

Согласовано
 2014 г. № 302
 Юридическое лицо
 М. П. 13.05.2015

РЕЖИМ ДНЕВНОГО 20-ти ДНЕВНОГО ЛЕЖЕНО
 Зима-Осень

Удобрение
 Алеко
 Валеева А.В.

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

Группы детей	Примерный рацион питания	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборное меню	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Дошкольнички Возраст от 1,2	Каши, овощные (замороженные) ТТК 10105	150	7	0,5	29,1	175,1	ТТК 10105	2011	
	Чай с вареньем или сливочным маслом	100	2,8	2,4	9	48,1	204		
Дошкольнички	Супы	60	0,8	1,8	25,7	131	207,4	2011	
	Десерт на сливках	300	13,6	7,4	62,3	387,4			
2 Занятия Физкультура в 2 занятия	Сок фруктовый натуральный	180	0,5	0,2	17,1	75,1	200	2011	
Оформление	Суп овощной	30	0,3	0	0,3	3,5	ТТК 10105	2011	
	Суп с макаронными изделиями или макаронным бульоном ТТК 10105	150	2,2	1,9	12,1	74,2			
	Суп с картофелем (замороженный) ТТК 10105	600	6,6	7,9	15,3	162,3			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	120	2,7	4,6	11,3	58,2			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	150	0	0	11,9	48,2			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	60	2,8	0,4	12	41,8			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	30	1,5	0,1	9,7	46			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	600	15,9	15,7	77,8	484,7			
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	60	6,6	8,1	2,1	72,7			ТТК 10105
	Суп с макаронными изделиями ТТК 10105	150	3,1	2,1	31,8	171,1			108
Углеточный продукт	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	1000	0,1	0	9,3	38,4	302	2011	
	Чай с лимонным соком	30	1,5	0,1	0,7	6	420	2011	
	Чай с лимонным соком	60	4	0	29,8	182,9			
	Чай с лимонным соком	400	18,2	14,4	61	489,1			
Десерт на сливках									
Десерт на сливках									

Фигуры



СЕРТИФИКАТ 20-ти ДНЕВНОГО УЩЕДРО
Зима-Осень



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

Группы детей	Группы детей, наименование группы	Норма популин	Питательная ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Срок действия рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Средняя	ОПЕКОНОСЫ С КИСЛОТ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №105	150	4.4	4.1	12.5	106.5	ТТК №105	2017
	ОСОБЫЙ ИСТОЧНИК СЛОЖНОГО НАС	150	2.3	1.6	14.4	74.1	395	
	СЛОЖ	45	3.4	4.3	21.1	172.9		
	ОПЕКОНОСЫ №7	5	1.2	1.5	0	72.7	7	2017
		150	11.3	8.7	47	212.4		
2 Средняя	ОПЕКОНОСЫ ОСОБОЕ (ПЕЧЕНЬ) НАС	200	0.8	0.8	19.0	91.2	398	2017
		200	0.8	0.8	19.0	91.2		
Особая	ПЕЧА КИСЛОСЫС КОЖЕПРОВОДНЫС	30	0.6	2.7	2.3	35.7		
	ОПЕКОНОСЫ НА КИСЛОСЫС ВЪЗРОСЛЕ ТТК №4	150	1.8	1.8	10.1	64.7	ТТК №4	
	ПЕЧЕНЬ НА ПИЩЕВЫС ТТК №7	130	10.9	15.9	38.5	291.5	ТТК №7	2017
	ПЕЧЕНЬ НА ПИЩЕВЫС, ДРОЖИ, БАВРСКИ НАС	150	0.1	0	21.1	34.9	391	
	ПЕЧЕНЬ ПЕЧЕНЬНАС	20	1.3	0.2	8.5	41.3		
		20	1.5	0.1	9.7	45		
	ПЕЧЕНЬ ПЕЧЕНЬНАС	300	16.2	20.7	52.2	322.4		
Ущедренное питание	КОШЕТИ, БИТОЧКИ, ЦИПЛЕТИ ПУШЕННЫЕ ТТК №51	50	6.3	8.5	15.1	144.86	ТТК №51	
	ПАУКОВОЕ С БАВРСКИ НАС	110	2	4.3	10.8	92.7	344	2017
	ЧУП С БАВРСКИ НАС	180/107	0.2	0	16	47.7	393	2017
	ПЕЧЕНЬ ПЕЧЕНЬНАС	20	1.5	0.1	9.7	48		
	СЛОЖА БЕОДЪШКА НАС	50	4	3	29.8	150.9	473	2017
	427	14	15.9	75.2	497.25			
Итого по Ущедренному питанию		427	42.3	48.1	229.4	1459.25		

Подпись _____



БЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зюка-Осеть
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

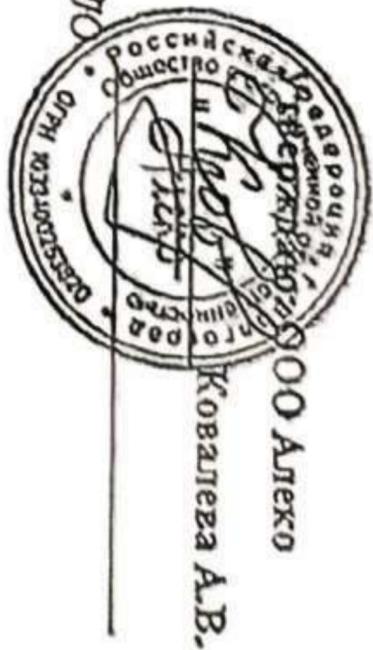
Алеко
Ковалева А.В.

Имя ребенка	Пол ребенка, кровное родство	Масса порошка	Питательное вещество			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок годности		
			Батик, г	Жир, г	Углеводы, г					
Светлана	Мать, Мария Ивановна ТИХИНА	150	7	0,5	29,1	175,1	ТХ №15			
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	305	2015		
		305/20	2,3	2,7	27,4	198,7	2	2015		
		40	3	1,2	20,6	104,9				
		355	14,6	10,2	88,5	507,9				
2 Светлана	Мать Мария (Светлана) ВОДА	200	0,8	0,8	19,0	91,2	303	2015		
Евгений и Д. Светлана		200	0,8	0,8	19	31,2				
Светлана	Мать Мария Ивановна ТИХИНА	50	0,2	0	0,5	2,9				
		150	1,7	3	8,9	52,7	ТХ №17			
		150	14,4	12,6	14,7	242,5	ТХ №18			
		150	0	0	11,8	48,5	378	2015		
		20	1,2	0,2	8,5	42,8				
		20	1,5	0,1	8,7	48				
		620	18,1	18,9	92,3	384				
		Учрежденный сотрудник	Сестра Валерия ТИХИНА	50	0,5	0,2	2,1	72,7	ТХ №24	
				110	2,3	3,1	15,8	104,3	327	2015
				100	0,1	0	0,3	28,4	382	2015
20	1,5			0,1	8,7	48				
Учрежденный сотрудник	Сестра Валерия Ивановна ТИХИНА	50	4,1	3,5	28,5	107,3	487	2015		
		420	14,9	13,5	88,1	392,3				
Сестра Валерия Ивановна			49	42,4	244,5	148,3				

Подпись _____



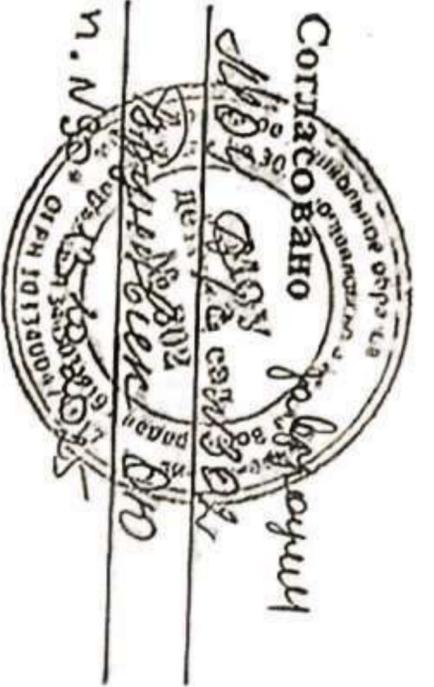
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ ЭКСПЕДИ
Зима-Осень



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

Примечание	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок годности
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 Вариант 17	КАША БРЕЗКА МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	153,5	ТТК №102	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	100	2,7	2,3	14,0	87,6	354	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ОСР (ПОРЦИОНАМ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак		355	7,7	10,4	49,0	221,2	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №299	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	Итого за 2 завтрака		190	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 НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	2011
	ОРИЗОВЫЙ В СОУСЕ (овощная) ТТК №50	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №50	2011
	МАСЛО-РЫБНЫЕ КЛЕПЕШКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	28,3	158,1	205	2011
	КОМБИНОВАННЫЙ ПОВИДЛ ДЖЕМА ВАРЕНЬЯ №283	150	0,1	0	21,1	84,9	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,9		
	Итого за обед		645	15,4	19,3	79,4	500,2	
Уплотненный полдник	ЗАТЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №177	130-50	16,3	13,2	27,4	385,8	ТТК №151, 177	
	МЕСИВ №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,9		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55	580,1		
Всего за день:			48,4	49,7	200,1	1499,9		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Алексо
Ковалева А.В.

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

Применение пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Оборудование
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180г/0	0,1	0	9,9	39,4	392	
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,5	104,8		
		390	9,5	5,8	53,9	303,4		
2 Завтрак	СРУТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №359	200	0,8	0,8	19,0	91,2	359	2011
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	45		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,6	20,7	54,8	595,6		
Уплотненный полдник	ТЕПЕЛИ С СОУСОМ (соевая) ТТК №65	50/20	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №34	110	2	4,3	10,8	97,7	34	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №33	180г/0,7	0,2	0	10	41,7	33	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	69,2		
		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:			39,5	39,9	233,9	1403,9		

Повар



УТВЕРЖДАЮЩИЙ
 Руководитель ФГБУН ЦНИИОБХ Роспотребнадзора А.В.

ВЕДУЩИЙ
 Руководитель группы ДЮ

РЕЖИМ ПИТАНИЯ
 РЕЖИМ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТА 1-3 ЛЕТ, 12 ЧАСОВОЙ РЕЖИМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ
 Зима-Осень

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Из расчета	Сборная таблица
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Надолья 4 Вариант 19	ИЮРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	190,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	78,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,5	104,3		
	Итого за завтрак	350	14,3	14,6	40,5	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	ОПРЯД СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	2,9		
	СОЛ. СЫРОКОМ СОСТАВЛЕНА ПИЩЕВОДОВАРИТЕЛЬНАЯ РАЦИОНАЛЬНАЯ ТТК №68	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №68	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №55	150	14,4	13,6	14,7	242,5	ТТК №55	
	КОМПОТ ИЗ СЛИВЕНДО-ФРУКТОВ №375	150	0	0	11,9	48,5	375	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед	570	19,5	15,8	56,5	428,5			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ БЯТОЧКИ, ШПИКЕТИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №51	50	6,3	8,5	15,1	144,95	ТТК №51	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧУЕВАЯ) №166	120	6,3	4,43	28,7	202	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,3	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПУШЕННЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,2		
Итого за Уплотненный полдник	490	15,8	13,13	73,2	427,94			
Всего за день:			59,5	43,73	139,3	1400,79		

Поле



ЕЖЕДНЕВНЫЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень



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

Пример меню	Пример меню, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборная рецептура
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Рецепт 4 Булочка 20	ПОНА КОФЕРАС (пшеница) ТТХ №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТХ №105	2011
	КОФЕРАС ПАЛТОК С МАСЛОМ №55	160	2,4	1,9	12,2	76,1	565	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	7	
	ОП ГОЛУБИКА №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
		335	13,6	8,1	51,9	372,7		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ОУГЫ СЕДЖЕ (пшеница) №92	200	0,8	0,8	19,0	91,2	568	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	УПЯ УАБЫНОВА УОДЕРВУРОВАЧА	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КУРПОВЕЦ НА УКСО-КОСТНОМ	150	1,5	0	7,1	82,4	ТТХ №98	
	БУРЮЧЕ ТТХ №2	50	6,3	8,5	13,1	144,96	ТТХ №61	
	КОТЛЕТЫ, БАТОНА, ШНЦЕЛЫ РУБЕНЫЕ ТТХ №61	110	4,1	4,4	26,3	156,1	205	
	УКУРОЧЕНЕ УДЕНАЯ ОТВАЧЕНЕ С МАСЛОМ №205	150	0,1	0	21,1	84,3	383	
	РАСЕТЬ КО ПОСАДКА, ДЖЕУ, ВАРЕНКА №92	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	УЛЕБ ПЕВЕНУЧЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	УЛЕБ ПШЕНУЧЫЙ	535	15,8	19	92,9	503,96		
	Итого за обед							
	Уплотнительный позивник	ГОЛУБИЦЫ СОЛЕНЬЕ	40	0,4	0	0,9	9,5	
ОРИНДЕНА ВОДЧУША С СОУСОМ СЛЕГАНЧЫМ ТТХ	100/30	8,5	9,7	13,9	201,4	ТТХ №254		
Итого за Уплотнительный позивник		140/10	0,1	0	9,8	29,4	392	2011
Итого за Уплотнительный позивник	УЛЕБ ПШЕНУЧЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
	УЛЕБ ПШЕНУЧЫЙ	20	1,5	2	14,9	63,4		
	ПЕВЕНЬЕ	400	12	14,8	51,2	379,7		
Итого за Уплотнительный позивник			42,2	39,7	223	104,56		

Повар _____