

**Сотласовано**

Accepted for publication  
11/11/2020

Детский сад № 27  
Мин. 3448017370  
ОГРН 10340198885

EXCEДITEBJIOE 20-ти ДИЕБНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Удостоверено: 000 Алтеко  
Ковалева А.В.

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

| Прием пищи<br>Неделя 3<br>Вариант 14 | Прием пищи, наименование блюда                              | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                      |                                                             |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                              | ИЖРА КАВАЧКОВА КОНСЕРВИРОВАННАЯ                             | 30              | 0,6              | 2,7     | 2,3         | 35,7                             |              |                     |
|                                      | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                                   | 130             | 8,1              | 8,4     | 6,5         | 180,3                            | ТТК №72      |                     |
|                                      | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392       | 180/10          | 0,1              | 0       | 9,6         | 39,4                             | 392          | 2011                |
| Итого за завтрак                     | БАТОН                                                       | 40              | 3                | 1,2     | 20,6        | 104,8                            |              |                     |
|                                      |                                                             | 380             | 11,8             | 12,3    | 39,2        | 360,2                            |              |                     |
|                                      |                                                             |                 |                  |         |             |                                  |              |                     |
| 2 Завтрак                            | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399                                | 180             | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                             | 399          | 2011                |
|                                      | Итого за 2 завтрак                                          | 180             | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                             |              |                     |
|                                      |                                                             |                 |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Обед                                 | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ                                           | 30              | 0,3              | 0       | 0,7         | 4,1                              |              |                     |
|                                      | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТОМ БЫЛОНЕ ТТК №28 | 150             | 1,5              | 3       | 7,1         | 62,4                             | ТТК №28      |                     |
|                                      | ГОРБУЛЬЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                   | 120/15          | 7,6              | 10,4    | 11,3        | 177,2                            | ТТК №75      |                     |
| Итого за обед                        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                | 150             | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,9                             | 372          | 2011                |
|                                      | ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ                                             | 20              | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                             |              |                     |
|                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 20              | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 48                               |              |                     |
|                                      |                                                             | 505             | 12,3             | 13,8    | 54,7        | 402,3                            |              |                     |
| Уютный ужин                          | ОРИЗОВЫЙ СУП С СОУСОМ (говядина) ТТК №60                    | 50/30           | 8,3              | 9,6     | 15,6        | 154,2                            | ТТК №60      |                     |
|                                      | МАСЛЯНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                     | 110             | 4,1              | 4,4     | 26,3        | 166,1                            | 205          | 2011                |
|                                      | НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398                            | 180             | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3                             | 398          | 2011                |
| Итого за Уютный ужин                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 30              | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71                               |              |                     |
|                                      | БЫЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                      | 50              | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                            | 467          | 2011                |
|                                      |                                                             | 450             | 19,4             | 18,6    | 104         | 646,9                            |              |                     |
| Всего за день:                       |                                                             |                 | 44,4             | 44,9    | 215,5       | 1484,5                           |              |                     |
| Повар                                |                                                             |                 |                  |         |             |                                  |              |                     |



[illegible]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕСЯЦЕ

Утверждено ООО Алко  
Ковалева А.В.

Зима-Осень  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

| Приним пищи                  |  | Масса порции                           | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------------|--|----------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                              |  |                                        | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 14       |  |                                        |                  |         |             |                               |            |                  |
| Завтрак                      |  | ИКРА КАБАЧУОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ       |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |  | 50                                     | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |            |                  |
|                              |  | 150                                    | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         | ТТК №72    |                  |
|                              |  | 190/10                                 | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392        | 2011             |
|                              |  | 20                                     | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |            |                  |
|                              |  | 420                                    | 17,9             | 24,0    | 26,9        | 400,7                         |            |                  |
| Итого за завтрак             |  | 200                                    | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399        | 2011             |
| 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                          | 399        | 2011             |
| Обед                         |  | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ                      |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |  | 180                                    | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           | ТТК №28    |                  |
|                              |  | 140/30                                 | 12,8             | 12,3    | 12,0        | 217,4                         | ТТК №75    | 2011             |
|                              |  | 40                                     | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 85,0                          | 372        | 2011             |
|                              |  | 20                                     | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |            |                  |
|                              |  | 20                                     | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 45,0                          |            |                  |
|                              |  | 640                                    | 19,6             | 16,6    | 69,6        | 516,3                         |            |                  |
| Уплотненный полдник          |  | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60 |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |  | 70/30                                  | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №60    |                  |
|                              |  | 130                                    | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205        | 2011             |
|                              |  | 180                                    | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 89,3                          | 398        | 2011             |
|                              |  | 30                                     | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |            |                  |
|                              |  | 50                                     | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467        | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |  | 490                                    | 23,4             | 21,9    | 101,5       | 716,3                         |            |                  |
| Всего за день:               |  | 61,9                                   | 62,7             | 217,6   | 1 818,7     |                               |            |                  |