





Согласовано

Директор

Иванов И.В. Директор

детский сад № 379

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

детский сад № 379

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО 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 1         |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| День 2           |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак          | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104                            | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7                         | ТТК №104     |                  |
|                  | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392                 | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                  | СЫР (ТОРЦИМАЙ) №7                                              | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                  | БАТОН                                                          | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5                          |              |                  |
|                  |                                                                | 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             |
|                  |                                                                | 400          | 1,8              | 1,0     | 38,6        | 174,6                         |              |                  |
| Обед             | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №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 №43      |                  |
|                  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                          | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 489,1                         | ТТК №67      |                  |
|                  | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                               | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                  |                                                                | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                  |                                                                | 620          | 38,0             | 39,1    | 86,6        | 857,2                         |              |                  |
| Полдник          | БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА №473                                          | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                  | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                         | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
|                  |                                                                | 250          | 4,1              | 3,0     | 58,0        | 274,9                         |              |                  |
| Ужин             | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                  | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                  | КАРТОФЕЛЬ ОТАВНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                           | 150          | 2,9              | 4,1     | 23,8        | 148,3                         | 125          | 2011             |
|                  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                             | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
|                  |                                                                | 457          | 18,0             | 10,9    | 57,0        | 407,3                         |              |                  |
| 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                          |              |                  |
| Итого за 2 дня:  |                                                                | 180          | 79,1             | 67,6    | 238,4       | 2 143,5                       |              |                  |
| Повар            |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |



Утверждаю: 000 Атеко

КОВАЛЕВА А.В.

de ar. 2006

Утверждено: 000

понирования

| Узловы, г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------|----------------------------------|
| 31,4      | 191,3                            |
| 9,8       | 39,4                             |
| 10,3      | 52,4                             |
| 0,3       | 68,6                             |
| 51,8      | 351,7                            |
| 19,6      | 83,4                             |
| 19,6      | 83,4                             |
| 0,9       | 6,5                              |
| 9,2       | 96,5                             |
| 25,3      | 215,8                            |
| 10,0      | 41,7                             |
| 9,7       | 46,0                             |
| 17,0      | 81,6                             |
| 72,1      | 487,1                            |
| 37,2      | 208,5                            |
| 15,6      | 97,3                             |
| 52,8      | 305,8                            |
| 6,2       | 47,8                             |
| 12,7      | 257,0                            |
| 32,0      | 208,5                            |
| 20,9      | 86,0                             |
| 29,2      | 137,8                            |
| 101,0     | 737,1                            |
| 7,0       | 92,5                             |
| 7,0       | 92,5                             |
| 304,3     | 2 057,6                          |



Subscriptions

Зима-Осень

Детский сад № 1023/4076317/455 \* Россия \* Волгоградская область \* Дзержинский район \* г. Дзержинск \* ул. Мухоморова, д. 115

КОВАЛЕВА А.В.

Удостоверено: ООО Алеко  
Новабелова А.В.

| Прием пищи         | Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                    |                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>День 4 |                                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            |                                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (РЕЧНЕВОЙ) ТТК №106                           | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                  | 180/10/7     | 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) №368                                         | 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                                                    | 60           | 0,7              | 0,0     | 1,4         | 8,1                           |              |                  |
|                    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                    | ТЕОРЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                                 | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №206                           | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 206          | 2011             |
|                    | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                      | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                     | 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             |
| Итого за Полдник   | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                              | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
|                    |                                                                     | 250          | 4,1              | 3,0     | 58,0        | 274,9                         |              |                  |
| Ужин               |                                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | КОТЛЕТА РУБЕЖЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62                                 | 70           | 11,5             | 11,6    | 11,5        | 197,9                         | ТТК №62      |                  |
|                    | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                              | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321          | 2011             |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                  | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                    | БАТОН                                                               | 45           | 3,4              | 1,3     | 23,1        | 117,9                         |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                                                     | 442          | 17,8             | 16,8    | 63,1        | 481,9                         |              |                  |
| 2 УЖИН             |                                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | КСФИР №401                                                          | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| Итого за 2 ужин    |                                                                     | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| Всего за день:     |                                                                     |              | 65,4             | 59,3    | 310,6       | 2 074,8                       |              |                  |



ПАСОВЯНО

Детский сад № 379 А

Россия \* Волгоградская область \* Дзержинский район \* Дзержинск

ОГРН 3142041571 \* ОГРН 1023402657145

31.05.2017

Детский сад  
№ 379

Зима-Осень

Удостоверено: 000 А

КОВАЛЕВА А.В.

| Прием пищи         | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции                                  | Пищевые вещества |         |             |         | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |  |
|--------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------|------------------|---------|-------------|---------|-------------------------------|--------------|------------------|--|
|                    |                                |                                               | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |         |                               |              |                  |  |
| Неделя 1<br>День 5 | Завтрак                        |                                               |                  |         |             |         |                               |              |                  |  |
|                    |                                | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104           | 180              | 7,8     | 5,5         | 29,0    | 197,6                         | ТТК №104     |                  |  |
|                    |                                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395               | 200              | 3,1     | 2,4         | 17,1    | 103,1                         | 395          | 2011             |  |
|                    | Итого за завтрак               | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2            | 30/5/20          | 2,3     | 3,7         | 27,4    | 156,7                         | 2            | 2011             |  |
|                    |                                | 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 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      |                  |  |
|                    |                                | ПИЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                        | 150              | 28,9    | 31,2        | 24,8    | 499,1                         | ТТК №67      |                  |  |
|                    |                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383        | 180              | 0,1     | 0,0         | 25,7    | 102,6                         | 383          | 2011             |  |
|                    |                                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                               | 50               | 3,3     | 0,4         | 21,2    | 102,0                         |              |                  |  |
| Итого за обед      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20                                            | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0    |                               |              |                  |  |
|                    |                                | 630                                           | 36,9             | 36,2    | 99,8        | 879,0   |                               |              |                  |  |
| Полдник            | ПЕЧЕНЬЕ                        |                                               |                  |         |             |         |                               |              |                  |  |
|                    |                                | КАКАО С МОЛОКОМ №397                          | 50               | 3,8     | 4,9         | 37,2    | 208,5                         | 397          | 2011             |  |
| Итого за Полдник   |                                | 200                                           | 3,9              | 3,3     | 16,5        | 112,6   |                               |              |                  |  |
|                    |                                | 250                                           | 7,7              | 8,2     | 53,7        | 321,1   |                               |              |                  |  |
| Ужин               |                                |                                               |                  |         |             |         |                               |              |                  |  |
|                    |                                | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ              | 50               | 1,0     | 4,5         | 3,9     | 69,5                          |              |                  |  |
|                    |                                | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 | 70               | 9,5     | 6,9         | 8,8     | 135,8                         | ТТК №77      |                  |  |
|                    |                                | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ         | 130              | 2,5     | 3,5         | 20,6    | 128,3                         | 125          | 2011             |  |
|                    |                                | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №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    |                               |              |                  |  |
| Итого за день:     |                                |                                               | 80,6             | 76,0    | 323,1       | 2 340,0 |                               |              |                  |  |
| любая              |                                |                                               |                  |         |             |         |                               |              |                  |  |



Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Верхушко: ООО 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 |                               |               |                  |
| Завтрак<br>Неделя 2<br>День 6 | КАША ЖИДКАЯ (МАННА) ТТК №83                                                        | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83       |                  |
|                               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 180/107      | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                               | БАТОН                                                                              | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                               | СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7                                                                  | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
|                               | Итого за завтрак                                                                   | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
| 2. Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                        | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
| Итого за 2 завтрак            |                                                                                    | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
| Обед                          | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                                    | 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       |                  |
|                               | ГОЛУБЦЫ 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 ПШЕНЧАНЫЙ                                                                     | 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, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                              | 190/10       | 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 |                  |
|                               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 180/107      | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
| Ужин                          | ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ                                                                     | 45           | 3,3              | 0,3     | 21,9        | 103,4                         |               |                  |
|                               |                                                                                    | 452          | 22,8             | 19,0    | 72,3        | 558,7                         |               |                  |
|                               | КЕФИР №401                                                                         | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401           | 2011             |
|                               | ТОГО ЗА 2 УЖИН                                                                     | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |               |                  |
|                               | СЕГО ЗА ДЕНЬ:                                                                      | 180          | 68,4             | 52,2    | 284,4       | 1 909,5                       |               |                  |
| Овар                          |                                                                                    |              |                  |         |             |                               |               |                  |



№ 379

№ 319  
26.01.2026

Зима-Осень

Утверждено: 000 Алеко  
Ковалева А.В.  
02.07.2012

КОВАЛЕВА А.В.

86101.2026

| 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<br>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          | 2011             |
|                    |                                | Батон                                                                    | 30               | 2,3     | 0,9         | 15,4    | 78,6                          |              |                  |
|                    |                                | Итого за завтрак                                                         | 430              | 18,7    | 24,3        | 32,0    | 426,9                         |              |                  |
| 2 Завтрак          | Итого за 2 завтрак             | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСОВЫЙ №399                                           | 200              | 1,0     | 0,2         | 19,6    | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                    |                                |                                                                          | 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     |                  |
|                    |                                | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№348 | 150/30           | 15,2    | 9,0         | 33,5    | 297,2                         | ТТК №64, 348 | 2011             |
|                    |                                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 180              | 0,1     | 0,1         | 20,9    | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                    |                                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                          | 40               | 2,6     | 0,4         | 17,0    | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед      |                                | 655                                                                      | 25,1             | 15,8    | 85,4        | 606,2   |                               |              |                  |
| Полдник            | Итого за Полдник               | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                                       | 50               | 3,8     | 4,9         | 37,2    | 208,5                         |              |                  |
|                    |                                | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398                                         | 200              | 0,7     | 0,3         | 20,1    | 98,1                          | 398          | 2011             |
| Ужин               | Итого за Ужин                  | 250                                                                      | 4,5              | 5,2     | 57,3        | 306,6   |                               |              |                  |
|                    |                                | ПЮРЕ ТЕЛЕС С СОУСОМ (говядина)                                           | 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 №394                                          | 200              | 3,0     | 2,5         | 15,6    | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                    |                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 30               | 2,3     | 0,2         | 15,1    | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                | 480                                                                      | 18,7             | 19,7    | 62,9        | 517,0   |                               |              |                  |
| Ужин               | Итого за 2 ужин                | КЕФИР №401                                                               | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0     | 92,5                          | 401          | 2011             |
|                    |                                | сего за день:                                                            | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0     | 92,5                          |              |                  |
| овар               |                                |                                                                          | 73,1             | 69,6    | 264,2       | 2 032,6 |                               |              |                  |



Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



| Прием пищи         | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции                                                                                 | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептов |      |
|--------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|------|
|                    |                                |                                                                                              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |      |
| Неделя 2<br>День 8 | Завтрак                        | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83                                                                 |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                    |                                | 180                                                                                          | 7.3              | 4.2     | 31.4        | 191.3                         | ТТК №83       |                  |      |
|                    |                                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                           | 180/10/7         | 0.2     | 0.0         | 10.0                          | 41.7          | 393              | 2011 |
|                    |                                | БАТОН                                                                                        | 30               | 2.3     | 0.9         | 15.4                          | 78.6          |                  |      |
|                    |                                | СЫР (ТОРЦИЯМИ) №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          | Итого за 2 завтрак             | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                  |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                    |                                | 200                                                                                          | 0.8              | 0.8     | 19.0        | 91.2                          | 368           | 2011             |      |
|                    |                                | 200                                                                                          | 0.8              | 0.8     | 19.0        | 91.2                          |               |                  |      |
| Обед               |                                | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                                              |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                    |                                | 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          |      |
|                    |                                | ГОЛУБЦЫ 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              |      |
| Итого за обед      |                                | 50                                                                                           | 3.3              | 0.4     | 21.2        | 102.0                         |               |                  |      |
|                    |                                | 50                                                                                           | 3.8              | 0.3     | 25.1        | 118.4                         |               |                  |      |
|                    |                                | 720                                                                                          | 23.4             | 16.0    | 90.6        | 612.4                         |               |                  |      |
| Полдник            | Итого за 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 |
|                    |                                | 250                                                                                          | 4.2              | 3.9     | 38.7        | 206.7                         |               |                  |      |
| Ужин               | Итого за Ужин                  | ЗАПЕКАНОК ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ С СОУСОМ ИЗ ОЛИВКОВОГО МАСЛА С РАДИКОМ И ТЕРТЫМ ЧЕСНОКОМ №447 |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                    |                                | 150/60                                                                                       | 19.3             | 18.7    | 40.4        | 413.6                         | ТТК №152, 477 |                  |      |
|                    |                                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                           | 180/10/7         | 0.2     | 0.0         | 10.0                          | 41.7          | 393              | 2011 |
|                    |                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                               | 45               | 3.3     | 0.3         | 21.9                          | 103.4         |                  |      |
|                    |                                | 452                                                                                          | 22.8             | 19.0    | 72.3        | 558.7                         |               |                  |      |
| 2 Ужин             | Итого за 2 ужин                | КЕФИР №401                                                                                   |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                    |                                | 180                                                                                          | 5.1              | 4.4     | 7.0         | 92.5                          | 401           | 2011             |      |
| Итого за день:     |                                | 180                                                                                          | 5.1              | 4.4     | 7.0         | 92.5                          |               |                  |      |
| Повар              |                                | 68.4                                                                                         | 52.2             | 284.4   | 1 909.5     |                               |               |                  |      |



Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: 009 Алёко

Ковалева А.В.

009 Алёко

| Прием пищи                    | Прием пищи, наименование блюда                                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептур |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                               |                                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Завтрак<br>Неделя 2<br>День 9 | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                                         | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105      |                  |
|                               | МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №400                                                    | 180          | 5,0              | 4,4     | 8,3         | 94,3                          | 400           | 2011             |
|                               | БАТОН                                                                    | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                               | СЫР (ТОРЦИМИ) №7                                                         | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
|                               | Итого за завтрак                                                         | 400          | 17,9             | 12,5    | 59,4        | 422,7                         |               |                  |
| 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 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 №68                                      | 150          | 19,6             | 11,4    | 16,9        | 243,0                         | ТТК №68       |                  |
|                               | ХИБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                            | 50           | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                               | Итого за обед                                                            | 20           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                               |                                                                          | 640          | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                               |                                                                          |              | 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                        | 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:                |                                                                          | 180          | 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: 10.10.2011

Ковалева А.В.

| Прием пищи          | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции                                           | Пищевые вещества |            |             |       | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------|------------|-------------|-------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                     |                                |                                                        | Белки, г         | Жиры, г    | Углеводы, г |       |                               |              |                  |
| Неделя 2<br>День 10 | Завтрак                        | Икра 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           | Итого за 2 завтрак             | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                           | 200              | 1,0        | 0,2         | 19,6  | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                     |                                |                                                        | 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 №66              | 150              | 14,4       | 13,6        | 14,7  | 241,5                         | ТТК №66      | 2011             |
|                     |                                | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                         | 200              | 0,0        | 0,0         | 15,5  | 61,9                          | 376          |                  |
|                     |                                | ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ                                        | 40               | 2,6        | 0,4         | 17,0  | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед       |                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 50               | 3,8        | 0,3         | 25,1  | 118,4                         |              |                  |
|                     |                                |                                                        | 670              | 23,9       | 16,4        | 88,4  | 599,9                         |              |                  |
| Полдник             | Итого за Полдник               | ПЕЧЕНЬЕ                                                | 50               | 3,8        | 4,9         | 37,2  | 208,5                         |              |                  |
|                     |                                | КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                       | 200              | 3,1        | 2,4         | 17,0  | 103,1                         | 395          | 2011             |
| Ужин                |                                |                                                        | 250              | 6,9        | 7,3         | 54,2  | 311,6                         |              |                  |
|                     |                                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61            | 70               | 11,6       | 15,2        | 11,0  | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                     |                                | КАПУСТА РАСКОПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166         | 150              | 8,1        | 5,6         | 36,9  | 234,4                         | 166          | 2011             |
|                     |                                | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392  | 190/10           | 0,1        | 0,0         | 9,8   | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                     |                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30               | 2,3        | 0,2         | 15,1  | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Ужин       |                                |                                                        | 450              | 22,1       | 21,0        | 72,8  | 579,3                         |              |                  |
|                     |                                | 2 УЖИН                                                 | Итого за 2 ужин  | КЕФИР №401 | 180         | 5,1   | 4,4                           | 7,0          | 92,5             |
| Итого за день:      | 0888                           |                                                        | 180              | 5,1        | 4,4         | 7,0   | 92,5                          |              |                  |
|                     |                                |                                                        |                  | 80,6       | 76,1        | 279,8 | 2 151,5                       |              |                  |



СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: 000 Алеко



Ковалева А.В.

28.01.2012

| Прием пищи                     | Прием пищи, наименование блюда                                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             |         | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|---------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                |                                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |         |                               |              |                  |
| Завтрак<br>Неделя 3<br>День 11 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107                                 | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6   | ТТК №107                      |              |                  |
|                                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                          | 180          | 2,8              | 2,2     | 15,4        | 92,9    | 395                           |              | 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                      | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯКОМ №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                           | ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ                                                         | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8     |                               |              |                  |
|                                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87                          | 180          | 2,4              | 2,1     | 13,9        | 85,7    | ТТК №87                       |              |                  |
|                                | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64, 348 | 150/30       | 15,2             | 9,0     | 33,5        | 297,2   | ТТК №64, 348                  |              | 2011             |
|                                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0    | 372                           |              | 2011             |
| Итого за обед                  | ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ                                                          | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0   |                               |              |                  |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0    |                               |              |                  |
|                                |                                                                          | 670          | 23,9             | 11,8    | 105,8       | 648,7   |                               |              |                  |
|                                |                                                                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Полдник                        | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3   | 467                           |              | 2011             |
|                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                   | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0   | 383                           |              | 2011             |
|                                |                                                                          | 250          | 4,2              | 3,9     | 57,3        | 281,3   |                               |              |                  |
|                                | ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №64                            | 50           | 1,1              | 2,4     | 5,6         | 49,9    | 54                            |              | 2011             |
| Итого за полдник               | КОТЛЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355      | 70/50        | 12,4             | 13,5    | 15,1        | 238,4   | ТТК №62, 355                  |              | 2011             |
|                                | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                                   | 150          | 3,1              | 4,6     | 21,4        | 143,9   | 321                           |              | 2011             |
|                                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7    | 393                           |              | 2011             |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9    |                               |              |                  |
| Итого за ужин                  |                                                                          | 552          | 19,5             | 20,7    | 69,7        | 556,8   |                               |              |                  |
|                                |                                                                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
|                                |                                                                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
|                                |                                                                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| 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    |                               |              |                  |
|                                | Сего за день:                                                            | 180          | 63,3             | 55,4    | 319,8       | 2 098,5 |                               |              |                  |
|                                | овар                                                                     |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |



Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

| Приним пищи                    | Приним пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                |                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак<br>Неделя 3<br>День 12 | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104           | 180          | 7,8              | 5,5     | 29,0        | 197,6                         | ТТК №104     |                  |
|                                | КОФЕЙНЫЙ 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        | 136,7                         | 2            | 2011             |
|                                | Итого за завтрак                              | 435          | 13,2             | 11,6    | 73,5        | 437,4                         |              |                  |
| 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАЛУТЫ №20              | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20           | 2011             |
|                                | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                         | 180          | 2,3              | 2,1     | 13,9        | 85,2                          | ТТК №67      | 2011             |
|                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383        | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      | 2011             |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
| Итого за обед                  |                                               | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                                |                                               | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                |                                               | 630          | 36,9             | 36,2    | 99,8        | 879,0                         |              |                  |
| Полдник                        | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |
| Итого за Полдник               | КАКАО С МОЛОКОМ №397                          | 200          | 3,9              | 3,3     | 16,5        | 112,6                         | 397          | 2011             |
|                                |                                               | 250          | 7,7              | 8,2     | 53,7        | 321,1                         |              |                  |
| Ужин                           | ИКРА 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      | 2011             |
|                                | 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                         |              |                  |
| 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:                 |                                               | 180          | 80,6             | 76,0    | 323,1       | 2 340,0                       |              |                  |



Согласовано



*И.В. Димитриев*  
И.В. Димитриев  
Детский сад  
№ 379  
г. В. Г. Давид

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 09.10.2011  
А.В. Ковалева  
*А.В. Ковалева*  
Директор детского сада

| Повар   | Прием пищи          | Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------|---------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|         |                     |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак | Неделя 3<br>День 13 | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                            | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|         |                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                             | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394          | 2011             |
|         |                     | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2                          | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2            | 2011             |
|         |                     | Итого за завтрак                                            | 415          | 13,3             | 10,2    | 77,1        | 457,7                         |              |                  |
|         |                     | 2 Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Обед    | Итого за 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                          |              |                  |
|         |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                             | 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      |                  |
|         |                     | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                         | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      | 2011             |
| Полдник | Итого за обед       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336                                        | 130          | 2,9              | 4,9     | 12,5        | 106,9                         | 336          | 2011             |
|         |                     | КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                               | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|         |                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                            | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|         |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|         |                     | Итого за обед                                               | 720          | 21,9             | 20,1    | 89,2        | 636,7                         |              |                  |
| Ужин    | Итого за Полдник    | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                                       | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|         |                     | НАПИТОК ИЗ ПРОДОВ ШИПОВНИКА №398                            | 200          | 0,7              | 0,3     | 20,1        | 98,1                          | 398          | 2011             |
|         |                     | Итого за Полдник                                            | 250          | 4,7              | 3,3     | 49,7        | 259,0                         |              |                  |
|         |                     | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74                                       | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|         |                     | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая)                        | 150          | 3,9              | 3,9     | 39,7        | 214,1                         | 166          | 2011             |
| Ужин    | Итого за Ужин       | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392       | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|         |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|         |                     | Итого за Ужин                                               | 450          | 18,1             | 10,7    | 67,7        | 447,1                         |              |                  |
|         |                     | Итого за 2 ужин                                             | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
|         |                     | Итого за 2 ужин                                             | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| Повар   | Итого за день:      | 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                          |              |                  |
|         |                     | Итого за день:                                              | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |



Indipendence

W. B. Thompson

№ 379  
26.01.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

*Dr. A. A. A.*

№ 379  
2018

Удостоверено: 000 М  
КОНФЕРЕНЦИЯ  
08.06.2010  
103340063620

| Прием пищи                        | Прием пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| <b>Неделя 3</b><br><b>День 14</b> |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                    | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                             | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 56,5                          | ТТК №72      |                  |
|                                   | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                                    | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         |              |                  |
|                                   | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392               | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                   | БАТОН                                                        | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>           |                                                              | 420          | 17,9             | 24,0    | 26,9        | 400,7                         |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                  | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                                 | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>         |                                                              | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
| <b>Обед</b>                       | ПОМИДОРЫ СОПЕНЫЕ                                             | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28 | 180          | 2,0              | 3,7     | 8,8         | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                                   | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                      | 140/50       | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,5                         | ТТК №75      |                  |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                 | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКТЕВАННЫЙ                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>              |                                                              | 660          | 20,0             | 17,4    | 71,0        | 533,3                         |              |                  |
| <b>Полдник</b>                    | 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             |
| <b>Итого за Полдник</b>           |                                                              | 290          | 4,2              | 3,9     | 38,7        | 206,7                         |              |                  |
| <b>Ужин</b>                       | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54                | 50           | 1,1              | 2,4     | 5,6         | 48,9                          | 54           | 2011             |
|                                   | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60                       | 70/30        | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №60      |                  |
|                                   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                    | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 186,4                         | 205          | 2011             |
|                                   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398                             | 180          | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3                          | 398          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| <b>Итого за ужин</b>              |                                                              | 490          | 20,4             | 20,4    | 78,2        | 600,9                         |              |                  |
| <b>2 Ужин</b>                     | КЕФИР №401                                                   | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>            |                                                              | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| <b>Итого за День:</b>             |                                                              |              | 68,6             | 70,3    | 241,4       | 1 917,5                       |              |                  |



СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



| Прим пищи                      | Прим пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                |                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак<br>Неделя 3<br>День 15 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106  | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                                | Сыр (ТОРЦИМИ) №7                             | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                                | КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395             | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                                | БАТОН                                        | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |              |                  |
|                                | Итого за завтрак                             | 430          | 13,7             | 11,4    | 52,8        | 369,6                         |              |                  |
| 2 Завтрак                      | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак             |                                              | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
| Обед                           | ИЖРА КАБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ              | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          | ТТК №44      |                  |
|                                | СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44     | 180          | 2,2              | 1,9     | 12,9        | 78,0                          | ТТК №44      |                  |
|                                | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                        | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383       | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                                | ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ                             | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
| Итого за обед                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                |                                              | 630          | 37,0             | 38,1    | 98,2        | 887,2                         |              |                  |
| Полдник                        | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                        | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                                | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394              | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
| Итого за Полдник               |                                              | 250          | 7,0              | 5,5     | 45,2        | 258,2                         |              |                  |
| Ужин                           | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШЛЕТИ, РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                                | РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344                | 150          | 2,8              | 5,9     | 14,9        | 134,6                         | 344          | 2011             |
|                                | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393                          | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
|                                | Итого за Ужин                                | 452          | 17,3             | 21,3    | 53,5        | 493,7                         |              |                  |
| 2 Ужин                         | КЕФИР №401                                   | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| Итого за 2 ужин                |                                              | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| Зсего за день:                 |                                              | 180          | 80,9             | 81,5    | 275,7       | 2 192,4                       |              |                  |

Товар









ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



| Прием пищи          | Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции                                                            | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |      |
|---------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|------|
|                     |                                                       |                                                                         | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |      |
| Неделя 4<br>День 17 | Завтрак                                               | КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102                                 | 180              | 2,7     | 7,2         | 28,4                          | ТТК №102     |                  |      |
|                     |                                                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                                         | 180              | 2,7     | 2,3         | 14,0                          | 394          | 2011             |      |
|                     | Итого за завтрак                                      | БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3                                                    | 305/10           | 4,4     | 6,7         | 14,6                          | 141,6        | 3                | 2011 |
|                     |                                                       |                                                                         | 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 БЕЛОКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ №20                     | 50                                                                      | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20           | 2011             |      |
|                     | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200     | 180/5                                                                   | 1,3              | 4,3     | 7,1         | 76,6                          | ТТК №200     |                  |      |
|                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205             | 70/30                                                                   | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №60      |                  |      |
|                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                | 130                                                                     | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205          | 2011             |      |
| Итого за обед       | ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ                                       | 180                                                                     | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |      |
|                     |                                                       | 40                                                                      | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |      |
|                     |                                                       | 685                                                                     | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |              |                  |      |
| Полдник             | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                    | 50                                                                      | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |      |
|                     | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 190/10                                                                  | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |      |
|                     |                                                       | 250                                                                     | 3,9              | 4,9     | 47,0        | 247,9                         |              |                  |      |
|                     | 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    |      |
| Итого за Ужин       | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383                                   | 180/10/7                                                                | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 383          | 2011             |      |
|                     | БАТОН                                                 | 45                                                                      | 3,4              | 1,3     | 23,1        | 117,9                         |              |                  |      |
|                     |                                                       | 452                                                                     | 31,7             | 22,6    | 63,2        | 599,3                         |              |                  |      |
|                     | 2. УЖИН                                               | КЕФИР №401                                                              | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0                           | 92,5         | 401              | 2011 |
| Итого за 2 ужин     |                                                       | 180                                                                     | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |      |
| Итого за День:      |                                                       |                                                                         | 72,7             | 72,9    | 287,5       | 2145,1                        |              |                  |      |



СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Алеко



| Прием пищи                     | Прием пищи, наименование блюда                                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                |                                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак<br>Неделя 4<br>День 18 | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104                            | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7                         | ТТК №104     |                  |
|                                | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392          | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                | СЫР (ПОРЦИЙНЫЙ) №7                                             | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                                | БАТОН                                                          | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5                          |              |                  |
|                                |                                                                | 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 СВЕКЛЫ №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 №43      |                  |
|                                | ПЛОВ 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 ПЕЧЕНЫЙ                                                   | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| 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             |
|                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                         | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
|                                |                                                                | 250          | 4,1              | 3,0     | 58,0        | 274,9                         |              |                  |
|                                | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                            | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                                | РАТУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) №344                                 | 150          | 2,8              | 5,9     | 14,9        | 134,6                         | 344          | 2011             |
| Ужин                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                             | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                |                                                                | 467          | 14,8             | 18,4    | 45,5        | 427,6                         |              |                  |
|                                |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                                |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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                          |              |                  |
| Зсего за день:                 |                                                                |              | 75,9             | 75,1    | 287,0       | 2 163,8                       |              |                  |
| Товар                          |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |



Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

| Прим пищи           | Прим пищи, наименование блюда | Масса порции                                           | Пищевые вещества |         |             |      | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                     |                               |                                                        | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |      |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>День 19 | Завтрак                       | Икра 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          | Итого за 2 завтрак            | Сок яблочно-апельсиновый №399                          | 200              | 1,0     | 0,2         | 19,6 | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                     |                               |                                                        | 200              | 1,0     | 0,2         | 19,6 | 83,4                          |              |                  |
|                     |                               | Огурец соленый                                         | 50               | 0,4     | 0,1         | 0,9  | 6,5                           |              |                  |
|                     |                               | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88 | 180              | 2,7     | 2,0         | 15,2 | 90,0                          | ТТК №88      |                  |
|                     |                               | Птица, тушеная в соусе с овощами ТТК №66               | 150              | 14,4    | 13,6        | 14,7 | 241,5                         | ТТК №66      | 2011             |
| Обед                | Итого за обед                 | Компот из сушеных фруктов №376                         | 200              | 0,0     | 0,0         | 15,5 | 61,9                          | 376          |                  |
|                     |                               | Хлеб пеклеваный                                        | 40               | 2,6     | 0,4         | 17,0 | 81,6                          |              |                  |
|                     |                               | Хлеб пшеничный                                         | 50               | 3,8     | 0,3         | 25,1 | 118,4                         |              |                  |
|                     |                               |                                                        | 670              | 23,9    | 16,4        | 88,4 | 599,9                         |              |                  |
|                     |                               | Полдник                                                | 50               | 3,8     | 4,9         | 37,2 | 208,5                         |              |                  |
| Полдник             | Итого за Полдник              | Кефирный 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, шницели рубленные ТТК №61            | 70               | 11,6    | 15,2        | 11,0 | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                     |                               | Каша рассыпчатая с овощами (печеная) №166              | 150              | 8,1     | 5,6         | 36,9 | 234,4                         | 166          | 2011             |
|                     |                               | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392  | 190/10           | 0,1     | 0,0         | 9,8  | 39,4                          | 392          | 2011             |
| Ужин                | Итого за Ужин                 | Хлеб пшеничный                                         | 30               | 2,3     | 0,2         | 15,1 | 71,0                          |              |                  |
|                     |                               |                                                        | 450              | 22,1    | 21,0        | 72,8 | 579,3                         |              |                  |
|                     |                               | 2. Ужин                                                | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0  | 92,5                          | 401          | 2011             |
|                     |                               | Итого за 2 ужин                                        | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0  | 92,5                          |              |                  |
|                     |                               |                                                        | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0  | 92,5                          |              |                  |



Детская библиотека  
№ 379  
Детский сад  
г. Волгоград  
Россия

Зима-Осень

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

Утверждено: 000 Атеко  
Ковалева А.В.

Повар

| Прием пищи          | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                     |                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>День 20 | Завтрак                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     | Итого за завтрак               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 2 Завтрак           | Итого за 2 завтрак             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Обед                |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     | Итого за обед                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Полдник             |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     | Итого за полдник               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Ужин                |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     | Итого за ужин                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 2 Ужин              | Итого за 2 ужин                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     | Итого за день:                 |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Повар               |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                     |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |