

Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЧНО

Зима-Осень

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

Прием пищи Неделя 1 Вариант 1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая Ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	3	1,2	20,6	104,8	1	2011
	Итого за завтрак	350	9,4	7,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧУКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	59,8	530,5		
Уплотненный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Повар		48,0	44,6	199,9	1395,6			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень



для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 1									
Завтрак	Вариант 2	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		Молоко	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак			380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак									
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак			380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед									
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед			480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Уплотненный подник									
		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный подник			437	14,4	13,8	71,1	434,9		
Всего за день:				40,4	41,0	238,2	1 414,4		

Повар



Согласовано

Заведующий

Ирина В. Дмитриева

Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 1 Вариант 3	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399		2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛКОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		540	14,6	12,1	58,5	426,7			
Уплотненный полдник		ПЮРЕ ИЗ МОРОЖЕНОГО ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
		КАША РАСОБЛЮТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕХНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		440	15,4	17,8	83,2	549,76			
Всего за день:			44	39,1	208	1402			

Повар



Согласовано
Директор
Детский сад
№ 378/15
Д.В. Ковалева
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 1 Вариант 4	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	2011
		СЫР (ГОРЦЫМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
Итого за завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
			565	10,3	7,9	64,2	375,4	2011
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		560	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЕЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВЕСИЧКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14	14,4	72,8	460,8		
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 5	Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011	
	Итого за завтрак	355	11	10,1	62,2	387,2			
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
		520	17,9	20,5	100,4	617,5			
Уплотненный	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за Уплотненный полдник		410	10,8	12,2	59,3	377,8			
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6			

Повар

СЛОВО БАНКО

A. B. Stephens

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Ален
Ковален

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2									
Вариант 6									
Завтрак									
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393		2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
	СЫР (ГОРЦЛИМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	59,5	340,7			
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 СОПЕНЫ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376		2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
Итого за обед		540	15,3	12,9	69,2	463			
Уплотненный полдник									
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКАМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,5	586,6			
Всего за День:			43,3	42,4	237,2	1481,5			

Согласовано

В.И. Сидорова

В.И. Сидорова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: 09.09.2011

В.И. Сидорова Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Неделя 2			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Вариант 7								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	355	11,7	10,8	31,7	316		
2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
		560	22,1	12	86,8	563,4		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		430	15,1	14,3	67,7	450,1		
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6		
Повар								



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 2 Вариант 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак			350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399		2011
Итого за 2 завтрак			180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33		2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
Итого за обед			515	13,5	19,5	62,3	488,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477		
	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5	401		2011
Итого за Уплотненный полдник			40	3	1,2	20,6	104,8		
Всего за день:			400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Повар			53,8	46,3	198,9	1491,6			

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

Примем пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 2 Вариант 10	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3		35,7		
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5		180,3	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2		76,2	394	2011
	Батон	40	3	1,2	20,6		104,8		
	Итого за завтрак	350	14,3	14,6	40,6		397		
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7		75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7		75,1		
Обед	Отваренный	30	0,2	0	0,5		3,9		
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7		75,1	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	150	0	0	11,6		46,5	376	
	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17		81,6		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7		46		
		540	21	15,9	66,2		494,6		
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1		144,96	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	120	6,3	4,48	28,7		203	166	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8		39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1		94,7		
	Итого за Уплотненный полдник	400	15,8	13,18	73,7		482,06		
Всего за день:			52	43,88	198,2		1448,76		

Повар

Thelypodium

Wm. H. Campbell

№ 3/9
Дев. Абас

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алтеко

КОВАЛЕВА А.В.

267222

103340026387

Зима-Осень

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

Принем пищи		Принем пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
Неделя 3	Вариант 11				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (РИСОВЫЙ) ТТК №107			150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
		КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395			150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		БАТОН			5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак					350	5	7,2	23,7	195,8		
2 Завтрак		ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388			110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак					110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ			30	0,3	0	0,7	4,1		
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87			150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫЮ (говядина) ТТК №64			150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ			150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед					520	20,1	10,3	79,5	511,2		
Уплотненный полдник		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54			30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
		КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354			50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321			110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393			180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467			50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:					487	15	18	76,4	517,1		
[]ювар						46,2	37,3	234,6	1473		

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



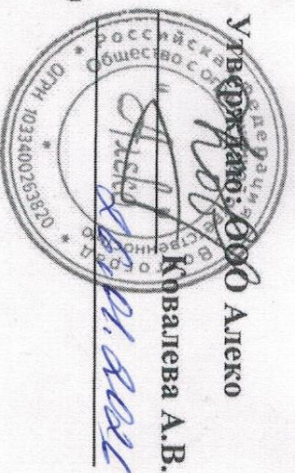
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 3							
	Вариант 13							
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	387,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		590	15,9	14,7	77,6	494,7		
Уплотненный полдник								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая) №166	120	3,1	3,1	31,8	171,1	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСНИЦКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
		430	15,2	14,4	83	490,1		
Всего за день:			45,6	36,7	242,1	1447,3		
Повар								



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 3 Вариант 14	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392		2011
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8			
	Итого за завтрак	390	11,8	12,3	39,2	380,2			
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399		2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	Помидоры соленные	30	0,3	0	0,7	4,1			
	Борщ с капустой и картошкой на мясо-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
	Голубцы ленивые ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75		
	Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372		2011
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	Хлеб пеклеваный	20	1,5	0,1	9,7	46			
		505	12,3	13,8	54,7	402,3			
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60		
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205		2011
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398		2011
	Хлеб пеклеваный	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	26,9	167,3	467		2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	648,9			
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1484,5			

Повар

Сотласовано

Тверская областная федерация
спортивной гимнастики
г. Тверь
И.И. Ковалева
А.В. Ковалева
А.В. Ковалева

[illegible]

Исх. № 1079
Директор М. В. Давыдов
Директор


 Публикация
 Журнал М. В. Дамские
 № 579
 2011 г.

для детей дошколь

Директор

М.В. Давыдов

М.В. Давыдов

№ 370

Дети

для детей дошколь

Прием пищи	Прием пищи, наименование
Неделя 3 Вариант 15	
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВЫЙ) КОСЕЛИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №3 БАТОН
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЙНЫМ) №7
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368
Итого за 2 завтрака	
Обед	КАША КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШПИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ САУТ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
Итого за Уплотненный полдник	БЛОЧКА ВЕСОУШКА №473
Всего за День:	

Детская поликлиника № 1

г. Москва, ул. Мясницкая, д. 15/1

Тел.: (495) 123-45-67

Полное имя: Иванова Мария Ивановна

Дата рождения: 15.05.2015 г.

Возраст: 4 года 1 месяц

Адрес проживания: г. Москва, м. Беговая, д. 10, кв. 10

Подпись родителя: _____

Подпись врача: _____

Ильинский

КОВАЛЕВА А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прием пищи	Применение рецепта	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 16									
	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
		КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	507,9			
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19	91,2			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНИЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед	520	19,1	15,9	50,9	456,4			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74		
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВАГИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за Уплотненный полдник		420	14,5	15,5	66,1	430,3			
Всего за день:			49	43,4	224,5	1465,8			
Пловар									

Дубынин

W.B. Dampier

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЦО

Зима-Осень

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

Утвържено: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

W. B. Adams

Иверкитано:0

детский сад
№ 379
г. Волгоград

Прием пищи Неделя 4 Вариант 17	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	355	7,7	10,4	48,0	321,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный поддник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
Итого за Уплотненный поддник	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Всего за день:		400	24,4	18,8	55	563,1		
Повар		48,4	48,7	200,1	1489,6			

СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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			
Завтрак	Неделя 4							
	Вариант 18							
	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Уплотненный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Всего за день:		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Повар			39,5	39,8	233,8	1 408,8		

Сотласовано

Зима-Осень

Утверждено: 000

Dr. A. A. A.

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 4 Вариант 19	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
		Чай с молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		Батон	40	3	1,2	20,6	104,8		
		Итого за завтрак	350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
			180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		КУРИЦА МЯСНО-ОБЕДНАЯ ТТК №66	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №66	
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед			520	19,5	15,8	56,5	448,6		
Уютный полдник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЩЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		Итого за Уютный полдник	400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:	Повар		50,5	43,78	188,5	1402,76			

