

СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 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
	КОФЕИНЫЙ 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 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	ИЖРА КАБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	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		
		452	17,3	21,3	53,5	493,7		
Итого за Ужин								
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
2 Ужин Итого за 2 ужин Зсего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
		180	80,9	81,5	275,7	2 192,4		

Товар



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 3 Вариант 15	Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ПЕЧЕНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4			
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 КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44		
	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 ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		500	16,2	20,7	88,2	563,4			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (З ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344		2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473		2011
Итого за Уплотненный полдник		427	14	15,9	75,2	491,26			
Всего за день:			42,3	46,1	229,4	1459,26			

Повар



Согласовано
И. В. Попова
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

для детей дошкольного возраста 3-7 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 3 Вариант 15	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		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)	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	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	Плов из пшеницы	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		630	15,5	41,0	63,8	887,2		
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	Рагу овощное (3 вариант)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	Чай с лимоном	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Всего за День:		447	16,9	21,3	51,0	481,8		
Повар			68,4	71,6	221,0	1 829,8		

Сертификат
государственного
Вашей Н.В. Парфине

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



Утверждаю: ООД Алеко
Ковалева А.В.

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 вариант День 15 вариант ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	140/5					168
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7					392
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5					3
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9	
2 ЗАВТРАК Итого за прием пищи:	СОСИС ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сблочный)	150					399
		150	0,8	0,2	14,7	66,9	
ОБЕД	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (лущеные)	40					80
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С КРУПЮ	150					286
	ТЕПЕЛИ ИРСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70					364
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20					336
	КАЛУСЯ ТУШЕНАЯ	160					376
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
Итого за прием пищи:	ХЛЕБ ПЕКЕВАННЫЙ	40					
		660	19,2	19,4	78,3	570,0	
ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190					298
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7					392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					470
Итого за прием пищи:	БУЛОЧКА ПОРОЖКАЯ	50					
		427	19,2	19,7	61,3	498,0	
Всего за день:			48,1	50,7	197,0	1 444,8	