

СОГЛАСОВАНО



Утверждаю: ООО 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 рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (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	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	59,8	530,5			
Уплотненный подник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	15	1,1	0,1	7,5	35,5	467	2011
Итого за Уплотненный подник		50	4,1	3,9	28,9	167,3			
Всего за день:		445	14,2	15,1	77,0	491,0			
Повар		48,0	44,6	199,9	1 395,6				

СОГЛАСОВАНО

И.В. Ковалева



И.В. Ковалева



Утверждено: 000 Алгоко

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				
Завтрак Неделя 1 Вариант 2	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, БАРАБАНЧИ, ДАКШОМ, ПОВИДЛОМ №392	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) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	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		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372		
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед		480	14,8	20,4	76,6	509,8			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4			
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		2011	
		437	14,4	13,8	71,1	434,9			
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1414,4			
Повар									

СОГЛАСОВАНО

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213 БАТОН	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		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	ОГРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПЕКЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
		180	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
		150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
		540	14,6	12,1	58,5	426,7		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свежая) №324 КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
		50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
		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	206	1402		

Повар _____

СОГЛАСОВАНО



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

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



Утверждено: 000 Алеко

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕЙНИЙ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный полдник	Икра кабахчюва консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАЛЕЧЕННЫЕ 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
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за день:		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Повар			40,6	43	239,6	1457,6		

СОГЛАСОВАНО



Утверждено: 000 А.Леко



Ирина 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 рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72			
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011		
		30	2,3	0,9	15,4	78,6				
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011		
		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 СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202 МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1				
		150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202			
		130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011		
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011		
		35	2,3	0,3	14,8	71,4				
		30	2,3	0,2	15,1	71				
		560	22,1	12	86,8	563,4				
		Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
				130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
				180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
40	3,1			0,2	20,1	94,7				
Итого за Уплотненный полдник		430	15,1	14,3	67,7	450,1				
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6				

Повар _____

Согласовано



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

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



Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи Неделя 2 Вариант 10	Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	Омлет натуральны 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	Огурек соленый	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 №65	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 пеклеварный	40	2,6	0,4	17	81,6			
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		540	21	15,9	66,2	494,6			
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленные 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	
Итого за Уплотненный полдник		400	3,1	0,2	20,1	94,7			
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76			

Повар

Согласовано



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

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



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				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011	
	СЫР (ГОРЦЫЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,8	307,7			
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		
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		520	20,1	10,3	79,5	511,2			
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011	
	КОЛЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №82/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №82, 354	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	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			
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Всего за день:		487	15	18	76,4	517,1			
Повар			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



Утверждаю: 000 Алеко

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕЛИНЫЙ 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	
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Уплотненный полдник	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Итого за день:	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	50	4,9	5,7	4,8	64,1	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	120	2,4	3,3	19	118,7	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3		
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за день:		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Повар			40,6	43	239,6	1457,6		

Согласовано

Утверждено: ООО Алго

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
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 САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		390	11,8	12,3	39,2	360,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА 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	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный полдник	ФИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (оварина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ЛАПШКИ 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 ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1 484,5		

Повар _____

Согласовано

Утверждено: ООО Алгоко

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) 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		
	БЫР (ПОРЦИЯМИ) №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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	13,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	КАСЕЛЬ 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, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	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



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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



ТВЕРЖДАЮ: ООО АЛЕКО

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод., г			
Завтрак Неделя 4 Вариант 16	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	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
	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 завтрак		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОПЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ГУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМОТ 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	9,7	46		
Итого за обед		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	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
Итого за Уплотненный полдник	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		420	14,5	15,5	66,1	430,3	
Всего за День:			49	43,4	224,5	1465,8		

Повар _____

СОГЛАСОВАНО



Handwritten signature

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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



Утверждено: 000 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 17	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 (ПОРЦИЯМИ) №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 №99	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	28,3	166,1	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	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 полдник	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1489,6		

Повар _____

СОГЛАСОВАНО



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

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



Утверждено: ООО Алко
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
	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	180	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	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	17,6	20,7	94,8	595,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	67,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за День:			39,5	39,8	233,8	1 408,8		

Повар _____

