

Согласовано

Зав. МОУ "Детский сад № 257" г. Ярославль  
 Плешковская И.А.  
 16.01.2016



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 Весна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименования блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептов |
|------------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| <b>Неделя 4</b>              |   |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| <b>Вариант 17</b>            |   |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| 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                          |               |                  |
|                              | БАТОН   | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          | 394           | 2011             |
|                              | 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 №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 (голядица) 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             |
|                              | ХИСЕЛЬ 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                |   | 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             |
|                              | БАТОН   | 40           | 3                | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |   | 400          | 24,4             | 18,8    | 55          | 563,1                         |               |                  |
| Всего за день:               |   |              | 48,4             | 48,7    | 200,1       | 1489,6                        |               |                  |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_



Д/с № 257  
 М.В. Тимобеева / М.В. Тимофеева /

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Весна-Лето*

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

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры   | Сборник рецептов |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| <b>Неделя 4</b>              |  |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| <b>Вариант 17</b>            |  |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак                      | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)                           | 180          | 2,7              | 7,2     | 28,4        | 196,2                         | ТТК №102      |                  |
|                              | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                               | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394           | 2011             |
|                              | БУТЕРБРОД С СЫРОМ  | 30/5/10      | 4,4              | 6,7     | 14,6        | 141,5                         | 3             | 2011             |
| Итого за завтрак             |  | 405          | 9,8              | 16,2    | 57,0        | 425,4                         |               |                  |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                                  | 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                            | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20            | 2011             |
|                              | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ                 | 180/5        | 1,3              | 4,3     | 7,1         | 76,6                          | ТТК №200      |                  |
|                              | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)                           | 70/30        | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №60       |                  |
|                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                     | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205           | 2011             |
|                              | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                        | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ   | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |               |                  |
| Итого за обед                |  | 685          | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/60       | 28,1             | 21,3    | 30,1        | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |
|                              | КЕФИР  | 200          | 5,6              | 4,9     | 7,8         | 102,8                         | 401           | 2011             |
|                              | БАТОН  | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |  | 480          | 36,7             | 27,4    | 58,5        | 647,3                         |               |                  |
| Всего за день:               |  |              | 68,7             | 68,4    | 228,8       | 1 852,7                       |               |                  |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Зав. отделом № 257  
 Подпись: И. В. Ковалева  
 16.08.2016



Тверждаю: О.О. Алеко  
 Ковалева А.В.

« ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Весна-Лето

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 4<br>День 17 |   |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак             | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102                                 | 180          | 2,7              | 7,2     | 28,4        | 196,2                         | ТТК №102      |                  |
|                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394   | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          |               |                  |
|                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3  | 30/5/10      | 4,4              | 6,7     | 14,6        | 141,6                         | 3             | 2011             |
| Итого за завтрак    |   | 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 БЕЛОКОЧАННОЙ 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      |                  |
|                     | 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        | 188,4                         | 205           | 2011             |
|                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                  | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ   | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |               |                  |
| Итого за обед       |   | 685          | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |               |                  |
| Полдник             | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ  | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |               |                  |
| Итого за Полдник    | 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 |                  |
|                     | 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       |   | 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                          |               |                  |
| Всего за день:      |   | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |               |                  |
|                     |   |              | 72,7             | 72,9    | 287,5       | 2 145,1                       |               |                  |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_