

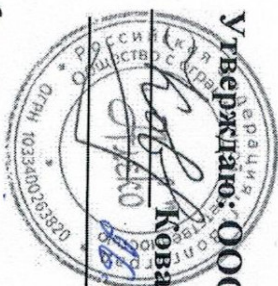
Согласовано

*Ирина Владимировна Ковалева*  
 Ирина Владимировна Ковалева  
 № 379



Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Лето-Весна

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

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 11	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ №392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 190/10 БАТОН НАРЕЗНОЙ	170/5	4,6	4,0	28,5	167,9	168
		190/10	0,1	0,0	9,9	39,9	392
		30	2,2	0,9	15,0	75,0	
Итого за завтрак		405	6,9	4,9	53,4	282,8	
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2	368
Итого за 2 завтрака		160	0,6	0,6	15,7	75,2	
ОБЕД	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы свежие) СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ №292 МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) №376 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,1	83
		180/20	5,9	5,7	12,7	126,5	
		150	14,2	6,9	31,5	258,6	292
		180	0,4	0,0	24,3	99,9	376
		50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		20	1,5	0,1	10,0	47,4	
Итого за обед		660	25,8	13,2	101,2	642,5	
УГЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№282 КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №344 РАГУ ОВОЩНОЕ (3) №392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 190/10 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №473 БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80/5	12,8	13,0	11,7	214,0	282
		180	3,5	7,2	17,6	155,3	344
		190/10	0,1	0,0	9,9	39,9	392
		20	1,5	0,1	10,0	47,4	
		50	3,9	3,0	29,0	158,6	473
Итого за углотноенный полдник		535	21,8	23,3	78,2	615,2	
Всего за день			55,1	42,0	248,5	1 615,7	

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

*Александрович*



МОУ Детский сад № 3/9

Утверждено ООО Алеко



Ковалева А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 11	ЗАВТРАК КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1	168	
		№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
Итого за прием пищи:		322	5,3	4,5	40,5	222,2		
2 ЗАВТРАК		№366 ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4	368
Итого за прием пищи:		160	2,3	0,8	32,7	149,4		
ОБЕД		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,33	0,07	1	5,6	83
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5	292
		№292 МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	120	11,8	6,1	25,2	211,7	399
		№398 СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (аблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9	47,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	76,0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0	502,9
Итого за прием пищи:		535	21,6	11,1	76,4			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		№282 КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2	344
		№344 РАГУ ОВОЩНОЕ (3)	150	2,9	5,9	14,8	129,6	28,1
		№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	47,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	156,6
		№473 ВУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,9	3,0	29,0	156,6	492,9
Итого за прием пищи:		447	17,5	15,8	69,1	492,9		
Всего за день:		447	46,7	32,2	218,7	1367,4		

Повар



Согласовано



*Медсестра*  
*Медсестра*  
11.11.11

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Взроста-Лето

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

Утверждено: 000 Алєко



*А.В. Ковалева*  
01.11.11

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 3 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	ЛЕБЛОКИ, 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 СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ 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	287,2	ТТК №64, 348	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за обед		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 №393	200	0,1	0,0	28,4	114,0	393	2011	
Итого за Полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3			
Ужин	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011	
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011	
	ПЮРЕ 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			
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	63,3	55,4	319,8	2 098,5			

Ответственное лицо \_\_\_\_\_

Согласовано

Заведующий кафедрой

И.В. Дамкина

№ 319



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Аллеко

Ковалева А.В.

№ 319



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011	
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7		
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,8	307,7			
2 Завтрак	РЫЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №385	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 СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №87	2011	
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8		ТТК №87
		МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (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
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		520	20,1	10,3	79,5	511,2			
Уплотненный поддник	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №64	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011	
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
		ПИРОЖОК КАРТОФЕЛЬНЫЙ №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		
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный поддник		487	15	18	76,4	517,1			
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473			

Ответственное лицо \_\_\_\_\_