

Согласовано

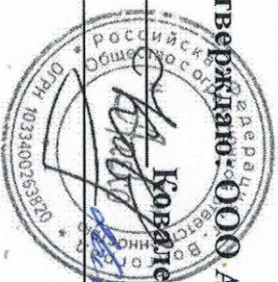
Губернатор



МОН Детское питание № 379

Утверждаю: О.О.О. Алёко

Ковалева А.В.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для аллергиков 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 15 ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	№3 БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5	3
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9	
2 ЗАВТРАК	№339 СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (облоочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9	399
	Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	66,9	
	ОБЕД						
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,33	0,07	1	5,6	80
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮ	150	1,3	1,7	10,2	61,2	286
	№286 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70	9,4	10,8	8,1	167,8	354
	№354 СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8	336
	№336 КАЛУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5	376
	№376 КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9	47,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	78,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	78,0	570,0
Итого за прием пищи:		660	19,2	19,4	78,3	570,0	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№298 ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7	298
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	470
	№470 БУЛОЧКА ДОРОЖКАЯ	50	3,5	7,2	27,9	190,2	499,0
Итого за прием пищи:		427	19,2	19,7	61,3	499,0	
Всего за день:		48,1	50,7	197,0	1444,8		

Поаяр



Согласовано
 Д.В. Давыдов
 Д.В. Давыдов
 06.01.2012



Утверждено: ООО Алско
 Ковалева А.В.
 06.01.2012

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		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 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Суп с крупой 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 пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	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	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		447	16,9	21,3	51,0	481,8		
Всего за день:			68,4	71,6	221,0	1 829,8		

Ответственное лицо _____

СОГЛАСОВАНО



В.В. Дмитриев
 Директор
 № 319

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Примем пищи	Примем 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 КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		
	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		2011	
	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		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	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	2011	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473		
Итого за Уплотненный полдник		427	14	15,9	75,2	491,26			
Всего за день:			42,3	46,1	229,4	1459,26			

Ответственное лицо _____