

Согласовано  
 20.08.2012  
 Зав. бухгалтером



Утверждаю: ООО Алеко  
 Ковалева А.В.



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 1<br>Вариант 1        | Завтрак                        |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6                         | ТТК №107   |                  |
|                              |                                | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394        | 2011             |
|                              | Итого за завтрак               | 30/10        | 2,4              | 7,5     | 15,2        | 145,8                         | 1          | 2011             |
|                              |                                | 420          | 9,7              | 14,4    | 45,8        | 374,7                         |            |                  |
| 2 Завтрак                    |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                | 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                         |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20         | 2011             |
|                              |                                | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88    |                  |
|                              |                                | 150          | 17,8             | 16,7    | 15,6        | 287,3                         | ТТК №675   |                  |
|                              |                                | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376        | 2011             |
|                              |                                | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |            |                  |
| Итого за обед                |                                | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |            |                  |
|                              |                                | 650          | 27,7             | 21,8    | 89,9        | 673,1                         |            |                  |
|                              |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
| Уплотненный полдник          |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65    |                  |
|                              |                                | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321        | 2011             |
|                              |                                | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392        | 2011             |
|                              |                                | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |            |                  |
|                              |                                | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106                           |            |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                | 500          | 18,3             | 22,5    | 76,3        | 593,5                         |            |                  |
|                              |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|                              |                                |              |                  |         |             |                               |            |                  |
| Всего за день:               |                                |              | 56,7             | 58,9    | 231,6       | 1724,7                        |            |                  |

Ответственное лицо Шубина И.В.



Согласовано  
24.08.2016

Зав. В.Ю. Шевченко



Утверждаю: ООО Алеко  
Д.В. Ковалева А.В.

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                  |                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 2<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ)                             | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7                         | ТТК №104     |                  |
|                                  | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ       | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                         | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                                  | БАТОН                                                  | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5                          |              |                  |
|                                  | Итого за завтрак                                       | 420          | 12,1             | 9,2     | 51,2        | 337,0                         |              |                  |
| 2 Завтрак                        | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                 | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                                  | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                           | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                                  | Итого за 2 завтрак                                     | 400          | 1,8              | 1,0     | 38,6        | 174,6                         |              |                  |
| Обед                             | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                        | 50           | 0,7              | 2,9     | 4,1         | 45,6                          | 33           | 2011             |
|                                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                                  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                          | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                        | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                  | Итого за обед                                          | 610          | 37,9             | 38,5    | 85,8        | 848,2                         |              |                  |
| Уплотненный полдник              | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                          | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                                  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                  | 150          | 2,9              | 4,1     | 23,8        | 148,3                         | 125          | 2011             |
|                                  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                          | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |              |                  |
|                                  | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                     | 20           | 1,4              | 6,3     | 11,3        | 107,1                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник     |                                                        | 487          | 20,2             | 13,0    | 76,9        | 514,4                         |              |                  |
|                                  | Всего за день:                                         |              | 72,0             | 61,7    | 252,5       | 1 874,2                       |              |                  |

Ответственное лицо Шарова И.В.

**Согласовано**

404. 262

гос. боеприпасов 114 ж

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 3        | Завтрак                                                          | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83      |                  |
|                              |                                                                  | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              |                                                                  | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                              |                                                                  | 55           | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          | 213          | 2011             |
|                              | Итого за завтрак                                                 | 445          | 14,4             | 9,8     | 51,8        | 351,7                         |              |                  |
| 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                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                    | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                              | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10       | 1,7              | 5,1     | 9,2         | 95,5                          | ТТК №28      |                  |
|                              | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)              | 150          | 10,0             | 6,8     | 25,3        | 215,8                         | ТТК № 79     |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                    | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                 | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед                |                                                                  | 647          | 16,4             | 12,5    | 72,1        | 487,1                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)                              | 60           | 1,0              | 1,9     | 6,2         | 47,8                          | 324          | 2011             |
|                              | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ           | 70/30        | 12,0             | 16,4    | 12,7        | 257,0                         | ТТК №61, 354 | 2011             |
|                              | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)                           | 130          | 7,0              | 4,8     | 32,0        | 208,5                         | 166          | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                          | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 60           | 4,4              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         |              |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ                                                          | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                                  | 550          | 25,9             | 29,5    | 112,9       | 843,1                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                                  |              | 57,7             | 52,0    | 256,4       | 1 765,3                       |              |                  |

Ответственное лицо

Wufeng 1B

**Согласовано**

2402202

гос. библиотек № 4. А

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-мИ 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 4        |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                      | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)                          | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                               | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                              | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                           | 40/5/15      | 6,4              | 8,1     | 19,5        | 182,3                         | 3            | 2011             |
|                              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                      | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
| Итого за завтрак             |                                                             | 637          | 12,7             | 13,7    | 63,6        | 440,5                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                | 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                         | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                             | 60           | 0,7              | 0,0     | 1,4         | 8,1                           |              |                  |
|                              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                              | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                                 | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                        | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205          | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                   | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                            | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед                |                                                             | 730          | 24,7             | 21,2    | 99,3        | 701,6                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                                  | 70           | 11,5             | 11,6    | 11,5        | 197,9                         | ТТК №62      |                  |
|                              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                           | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ            | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |              |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                          | 20           | 1,4              | 6,3     | 11,3        | 107,1                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                             | 470          | 19,5             | 22,1    | 76,2        | 587,2                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                             |              | 57,9             | 57,2    | 258,7       | 1 812,7                       |              |                  |

Ответственное лицо Мухомов И.В.

**Согласовано**

Dep. J. C. 2

гос. инвентаризация № 11

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕГОДНЕЕ 20-му ДНЕВНОЕ МЕСЯЦО

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |          |      |
|------------------------------|--------------------------------|--------------|---------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|----------|------|
|                              |                                |              | Белки, г                              | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |          |      |
| Неделя 1<br>Вариант 5        | Завтрак                        |              |                                       |         |             |                               |              |                  |          |      |
|                              |                                |              | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)            | 180     | 7,8         | 5,5                           | 29,0         | 197,6            | ТТК №104 |      |
|                              |                                |              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 200     | 3,1         | 2,4                           | 17,1         | 103,1            | 395      |      |
|                              |                                |              | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ       | 30/5/20 | 2,3         | 3,7                           | 27,4         | 156,7            | 2        |      |
|                              |                                |              | Итого за завтрак                      | 435     | 13,2        | 11,6                          | 73,5         | 457,4            |          |      |
| 2 Завтрак                    | Итого за 2 завтрак             |              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200     | 1,0         | 0,2                           | 19,6         | 83,4             | 399      | 2011 |
|                              |                                |              |                                       | 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 |
|                              |                                |              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ   | 180     | 2,3         | 2,1                           | 13,9         | 85,2             | ТТК №87  |      |
|                              |                                |              | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                         | 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                      | 50      | 3,3         | 0,4                           | 21,2         | 102,0            |          |      |
| Итого за обед                |                                | 610          | 35,4                                  | 36,1    | 90,1        | 833,0                         |              |                  |          |      |
| Уплотненный полдник          |                                |              | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ      | 50      | 1,0         | 4,5                           | 3,9          | 59,5             |          |      |
|                              |                                |              | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 70      | 9,5         | 6,9                           | 6,8          | 135,8            | ТТК №77  |      |
|                              |                                |              | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130     | 2,5         | 3,5                           | 20,6         | 128,3            | 125      | 2011 |
|                              |                                |              | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА           | 180     | 0,6         | 0,3                           | 18,1         | 88,3             | 398      | 2011 |
|                              |                                |              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40      | 3,1         | 0,2                           | 20,1         | 94,7             |          |      |
| Итого за Уплотненный полдник |                                | 470          | 16,7                                  | 15,4    | 69,5        | 506,6                         |              |                  |          |      |
| Всего за день:               |                                |              |                                       | 66,3    | 63,3        | 252,7                         | 1 880,4      |                  |          |      |

Ответственное лицо Шуфьян И.Р.

Согласовано

24.04.2022

Зав. Бюджетова Р.А. Р.

Утверждаю: О.В. А

Весна-Лето

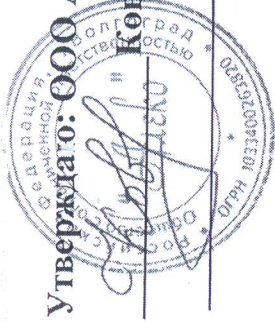
| Прием пищи                          | Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                     |                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |                  |
| <b>Неделя 2</b>                     |                                                                     |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Вариант 6</b>                    |                                                                     |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                                | 180          | 7,3              | 4,2         | 31,4         | 191,3                         | ТТК №83       |                  |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                                     | БАТОН                                                               | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |               |                  |
|                                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                      | 10           | 2,3              | 3,0         | 0,0          | 36,4                          | 7             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                                     | <b>417</b>   | <b>12,1</b>      | <b>8,1</b>  | <b>56,8</b>  | <b>348,0</b>                  |               |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                              | 200          | 0,8              | 0,8         | 19,0         | 91,2                          | 368           | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |                                                                     | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |               |                  |
| <b>Обед</b>                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                       | 50           | 0,4              | 0,1         | 0,9          | 6,5                           |               |                  |
|                                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ                 | 180          | 2,7              | 2,1         | 14,5         | 89,2                          | ТТК №88       |                  |
|                                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                     | 140/50       | 13,2             | 13,1        | 13,4         | 234,4                         | ТТК №75       |                  |
|                                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                           | 200          | 0,0              | 0,0         | 15,5         | 61,9                          | 376           | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                     | 50           | 3,3              | 0,4         | 21,2         | 102,0                         |               |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                      | 50           | 3,8              | 0,3         | 25,1         | 118,4                         |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                                     | <b>720</b>   | <b>23,4</b>      | <b>16,0</b> | <b>90,6</b>  | <b>612,4</b>                  |               |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/50       | 19,1             | 18,1        | 39,7         | 404,3                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                      | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46,0                          |               |                  |
|                                     | ПЕЧЕНЬЕ                                                             | 20           | 1,4              | 5,9         | 11,9         | 106,0                         |               |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                                     | <b>457</b>   | <b>24,9</b>      | <b>22,1</b> | <b>88,3</b>  | <b>659,3</b>                  |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                                     |              | <b>58,6</b>      | <b>49,0</b> | <b>237,7</b> | <b>1 749,6</b>                |               |                  |

Ответственное лицо Мурзина И.В.

Согласовано

24.08.2012

Зав. Бюджетного



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

# 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                      | Икра кабачковая консервированная                            | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                              | Омлет натуральный                                           | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                              | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом            | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              | Батон                                                       | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |              |                  |
| Итого за завтрак             |                                                             | 430          | 18,7             | 24,3    | 32,0        | 426,9                         |              |                  |
| 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                         | Помидоры свежие                                             | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                              | Суп картофельный с мясными фрикадельками                    | 180/25       | 6,6              | 6,3     | 12,8        | 134,6                         | ТТК №202     |                  |
|                              | Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным | 150/30       | 15,2             | 9,0     | 33,5        | 297,2                         | ТТК №64, 348 | 2011             |
|                              | Компот из свежих плодов                                     | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                              | Хлеб пеклеваный                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед                |                                                             | 655          | 25,1             | 15,8    | 85,4        | 606,2                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | Тфтели с соусом (говядина)                                  | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                              | Пюре картофельное                                           | 150          | 3,1              | 4,6     | 21,2        | 143,4                         | 321          | 2011             |
|                              | Чай с молоком или сливками                                  | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                              | Хлеб пшеничный                                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71                            |              |                  |
|                              | Печенье шоколадное                                          | 20           | 1,4              | 6,3     | 11,3        | 107,1                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                             | 500          | 20,1             | 26,0    | 74,2        | 624,1                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                             |              | 64,9             | 66,3    | 211,2       | 1 740,6                       |              |                  |

Ответственное лицо Шубина И.В.

Согласовано

24.08.2012

Зав. Богданова Н.А.



Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

# 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 | № рецеп-туры  | Сборник рецептур |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 2<br>Вариант 8        | Завтрак                                                    | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83       |                  |
|                              | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                       |              |                  |         |             |                               |               |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                              | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                              | БАТОН                                                      | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                             | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
| Итого за завтрак             |                                                            | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
| 2 Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                     | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
|                              |                                                            | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
|                              | Итого за 2 завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Обед                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                              | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |               |                  |
|                              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ        | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88       |                  |
|                              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                            | 140/50       | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,4                         | ТТК №75       |                  |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                  | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                            | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |
|                              | Итого за обед                                              | 720          | 23,4             | 16,0    | 90,6        | 612,4                         |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ С ОВОЩАМИ И ПИЩЕВЫМ СЛАДКОМ | 150/50       | 19,1             | 18,1    | 39,7        | 404,3                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                              | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ                                                    | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                            | 457          | 24,9             | 22,1    | 88,3        | 659,3                         |               |                  |
| Всего за день:               |                                                            |              | 58,6             | 49,0    | 237,7       | 1 749,6                       |               |                  |

Ответственное лицо Шубина ИР



Согласовано  
24.04.2022

Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                     |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Неделя 2</b>                     |                                                  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Вариант 10</b>                   |                                                  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 50           | 1,0              | 4,5         | 3,9          | 59,5                          |              |                  |
|                                     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 150          | 15,3             | 18,9        | 2,9          | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                       | 200          | 3,0              | 2,5         | 15,6         | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                                     | БАТОН                                            | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                  | <b>430</b>   | <b>21,6</b>      | <b>26,8</b> | <b>37,8</b>  | <b>484,8</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                          | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                                     | <b>Итого за 2 завтрак</b>                        | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>                         |                                                  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                    | 50           | 0,4              | 0,1         | 0,9          | 6,5                           |              |                  |
|                                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ   | 180          | 2,7              | 2,0         | 15,2         | 90,0                          | ТТК №88      |                  |
|                                     | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                | 150          | 14,4             | 13,6        | 14,7         | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 200          | 0,0              | 0,0         | 15,5         | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                 | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 50           | 3,8              | 0,3         | 25,1         | 118,4                         |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                  | <b>670</b>   | <b>23,9</b>      | <b>16,4</b> | <b>88,4</b>  | <b>599,9</b>                  |              |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |                                                  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
|                                     | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ              | 70           | 11,6             | 15,2        | 11,0         | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                                     | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)           | 150          | 8,1              | 5,6         | 36,9         | 234,4                         | 166          | 2011             |
|                                     | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30           | 2,3              | 0,2         | 15,1         | 71,0                          |              |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                  | <b>450</b>   | <b>22,1</b>      | <b>21,0</b> | <b>72,8</b>  | <b>579,3</b>                  |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                  |              | <b>68,6</b>      | <b>64,4</b> | <b>218,6</b> | <b>1 807,4</b>                |              |                  |

Ответственное лицо Шубина И.Р.

[illegible]

Утверждаю: 000 Алеко  
Ковалева А.В.

# ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                        |                                                             | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 11       | Завтрак                                                |                                                             |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                                        | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (РИСОВОЙ)                             | 180              | 4,3     | 4,4         | 15,0                          | 131,6        | ТТК №107         |
|                              |                                                        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                  | 180              | 2,8     | 2,2         | 15,4                          | 92,9         | 395              |
|                              |                                                        | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                          | 35/10            | 2,8     | 7,5         | 17,7                          | 157,7        | 1                |
|                              | Итого за завтрак                                       |                                                             | 405              | 9,9     | 14,1        | 48,1                          | 382,2        |                  |
| 2 Завтрак                    | ЯБЛОКИ. ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ                           | 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                    | 180              | 2,4     | 2,1         | 13,9                          | 85,7         | ТТК №87          |
|                              |                                                        | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 150/30           | 15,2    | 9,0         | 33,5                          | 297,2        | ТТК №64, 348     |
|                              |                                                        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                     | 180              | 0,1     | 0,1         | 20,9                          | 86,0         | 372              |
|                              |                                                        | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                            | 50               | 3,3     | 0,4         | 21,2                          | 102,0        |                  |
| Итого за обед                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30                                                          | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                              |                                                        | 670                                                         | 23,9             | 11,8    | 105,8       | 648,7                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)              | 50                                                          | 1,1              | 2,4     | 5,6         | 49,9                          | 54           | 2011             |
|                              | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 70/50                                                       | 12,4             | 13,5    | 15,1        | 238,4                         | ТТК №62, 355 | 2011             |
|                              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                      | 150                                                         | 3,1              | 4,6     | 21,4        | 143,9                         | 321          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                          | 180/10/7                                                    | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 35                                                          | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ                                                | 20                                                          | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                        | 572                                                         | 20,9             | 26,6    | 81,6        | 662,8                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                        |                                                             | 55,4             | 53,0    | 267,4       | 1 830,7                       |              |                  |

Ответственное лицо Ильина И.В.

Согласовано

24.08.2011

Зав. бухгалтером И.А. [подпись]



Утверждаю: ООО Алекс

Ковалева А.В.

# 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 | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                   |                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 12<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)            | 180          | 7,8              | 5,5     | 29,0        | 197,6                         | ТТК №104    |                  |
|                                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395         | 2011             |
|                                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ       | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2           | 2011             |
|                                   | Итого за завтрак                      | 435          | 13,2             | 11,6    | 73,5        | 457,4                         |             |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак   | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399         | 2011             |
|                                   |                                       | 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             |
|                                   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ   | 180          | 2,3              | 2,1     | 13,9        | 85,2                          | ТТК №87     |                  |
|                                   | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                         | 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                      | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |             |                  |
|                                   | Итого за обед                         | 610          | 35,4             | 36,1    | 90,1        | 833,0                         |             |                  |
| Уплотненный полдник               | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ      | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |             |                  |
|                                   | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 70           | 9,5              | 6,9     | 6,8         | 135,8                         | ТТК №77     |                  |
|                                   | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130          | 2,5              | 3,5     | 20,6        | 128,3                         | 125         | 2011             |
|                                   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА           | 180          | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3                          | 398         | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |             |                  |
| Итого за уплотненный полдник      |                                       | 470          | 16,7             | 15,4    | 69,5        | 506,6                         |             |                  |
| Всего за день:                    |                                       |              | 66,3             | 63,3    | 252,7       | 1 880,4                       |             |                  |

Ответственное лицо [подпись]

Согласно  
4404.26

МОУ Центр образования № 11

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

# ЕЖЕГОДНЕЕ 20-му ДНЕВНОЕ МЕСЯЦЕ

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 13       |                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                      | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                             | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                              | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                          | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394          | 2011             |
|                              | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                     | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2            | 2011             |
| Итого за завтрак             |                                                     | 415          | 13,3             | 10,2    | 77,1        | 457,7                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    |                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Итого за 2 завтрак           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                        | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                              |                                                     | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
| Обед                         |                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88      |                  |
|                              | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                         | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                              | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                     | 130          | 2,9              | 4,9     | 12,5        | 106,9                         | 336          | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                           | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за обед                |                                                     | 720          | 21,9             | 20,1    | 89,2        | 636,7                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          |                                                     |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                       | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                              | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)                | 150          | 3,9              | 3,9     | 39,7        | 214,1                         | 166          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ    | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ                                             | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                     | 470          | 19,5             | 16,6    | 79,6        | 553,1                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                     |              | 55,7             | 47,1    | 265,5       | 1 730,9                       |              |                  |

Ответственное лицо Исфенди И.Р.

Согласовано

№ 04. 162

Зав. Диагностикой



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

# 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 14<br>Завтрак | Икра КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                     | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                                   | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                                   | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ     | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                   | БАТОН                                                | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
| Итого за завтрак                  |                                                      | 420          | 17,9             | 24,0    | 26,9        | 400,7                         |              |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак   | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                              | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                                   |                                                      | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
| Обед                              | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                      | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                                   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,0              | 3,7     | 8,8         | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                                   | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                      | 140/30       | 12,8             | 12,3    | 12,0        | 217,4                         | ТТК №75      |                  |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                              | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                     | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед                     |                                                      | 640          | 19,6             | 16,6    | 69,6        | 516,3                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60               | 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             |
|                                   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                          | 180          | 0,6              | 0,3     | 18,1        | 88,3                          | 398          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                   | 20           | 1,4              | 6,3     | 11,3        | 107,1                         |              |                  |
|                                   |                                                      | 460          | 20,7             | 24,3    | 83,9        | 658,1                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                      |              | 59,2             | 65,1    | 200,0       | 1 758,5                       |              |                  |

Ответственное лицо Мурзина ИВ

Согласовано

Зав. бухгалтером  
24.04.2012



Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.



# 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>Вариант 15       |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              | Завтрак                        |              | 180              | 5,3     | 4,8         | 15,1                          | 125,3        | ТТК №106         |
|                              |                                |              | 10               | 2,3     | 3,0         | 0,0                           | 36,4         | 7                |
|                              |                                |              | 200              | 3,1     | 2,4         | 17,1                          | 103,1        | 395              |
|                              |                                |              | 40               | 3,0     | 1,2         | 20,6                          | 104,8        |                  |
|                              | Итого за завтрак               |              | 430              | 13,7    | 11,4        | 52,8                          | 369,6        |                  |
| 2 Завтрак                    |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                |              | 200              | 0,8     | 0,8         | 19,0                          | 91,2         | 368              |
|                              | Итого за 2 завтрак             |              | 200              | 0,8     | 0,8         | 19,0                          | 91,2         |                  |
| Обед                         |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                |              | 50               | 1,0     | 4,5         | 3,9                           | 59,5         |                  |
|                              |                                |              | 180              | 2,2     | 1,9         | 12,9                          | 78,0         | ТТК №44          |
|                              |                                |              | 150              | 28,9    | 31,2        | 24,8                          | 499,1        | ТТК №67          |
|                              |                                |              | 180              | 0,1     | 0,0         | 25,7                          | 102,6        | 383              |
|                              |                                |              | 50               | 3,3     | 0,4         | 21,2                          | 102,0        |                  |
|                              |                                |              | 20               | 1,5     | 0,1         | 9,7                           | 46,0         |                  |
| Итого за обед                |                                |              | 630              | 37,0    | 38,1        | 98,2                          | 887,2        |                  |
| Уплотненный полдник          |                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                              |                                |              | 70               | 11,6    | 15,2        | 11,0                          | 234,5        | ТТК №61          |
|                              |                                |              | 150              | 2,8     | 5,9         | 14,9                          | 134,6        | 344              |
|                              |                                |              | 180/10/7         | 0,2     | 0,0         | 10,0                          | 41,7         | 393              |
|                              |                                |              | 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 Мурзина ИР

Согласовано

24.07.12

Зав. бухгалтером И.А.И.



Утверждено: ООО Алеко

И.А.И. Ковалева А.В.



# 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 16<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                              | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                      | 30/5/20      | 2,3              | 27,4    | 3,7         | 156,7                         | 2            | 2011             |
|                                   | БАТОН                                                | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                                   | Итого за завтрак                                     | 455          | 15,2             | 10,9    | 90,5        | 525,6                         |              |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                               | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                                   |                                                      | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
| Обед                              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                        | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                                   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,0              | 3,6     | 7,2         | 70,2                          | ТТК №47      |                  |
|                                   | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                    | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                     | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                                   | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                   | 30           | 2,1              | 9,4     | 17,0        | 160,6                         |              |                  |
|                                   | Итого за обед                                        | 630          | 21,5             | 27,1    | 70,8        | 616,2                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                                   | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321          | 2011             |
|                                   | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ     | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 362          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      | ПЕЧЕНЬЕ                                              | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                         |              |                  |
|                                   |                                                      | 460          | 19,1             | 14,6    | 80,4        | 548,4                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                      |              | 56,6             | 53,4    | 260,7       | 1 781,4                       |              |                  |

Ответственное лицо И.А.И.

Утверждаю: 000 Алеко

**Ковалева А.В.**

Утверждаю: \_\_\_\_\_

ЕЖЕГОДНЕЕ 20-е ДНЕВНОЕ МЕСЯЦЕ

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 | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|---------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                     |                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |         |                               |             |                  |
| <b>Неделя 4<br/>Вариант 17</b>      |                                                          |              |                  |         |             |         |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                      | 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        | 141,6   | 3                             |             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                                          | 405          | 9,8              | 16,2    | 57,0        | 425,4   |                               |             |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                    | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                                  | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4    | 399                           |             | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>           |                                                          | 200          | 1,0              | 0,2     |             | 83,4    |                               |             |                  |
| <b>Обед</b>                         | 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    |                               |             |                  |
| <b>Итого за обед</b>                |                                                          | 685          | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6   |                               |             |                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | 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   |                               |             |                  |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b> |                                                          | 480          | 36,7             | 27,4    | 58,5        | 647,3   |                               |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>               |                                                          |              | 68,7             | 68,4    | 228,8       | 1 852,7 |                               |             |                  |

Ответственное лицо Мурзина И В

УТВЕРЖАЮ: ООО Алеко

**Ковалева А.В.**

ОГРН 10334000263870

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|---------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |         |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 18       |                                                        |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Завтрак                      | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                             | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7   | ТТК №104                      |              |                  |
|                              | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ       | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4    | 392                           |              | 2011             |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                         | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4    | 7                             |              | 2011             |
|                              | БАТОН                                                  | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5    |                               |              |                  |
|                              | Итого за завтрак                                       |              | 420              | 12,1    | 9,2         | 51,2    | 337,0                         |              |                  |
|                              |                                                        |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| 2 Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                 | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2    | 368                           |              | 2011             |
|                              | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                           | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4    | 399                           |              | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                     |              | 400              | 1,8     | 1,0         | 38,6    | 174,6                         |              |                  |
| Обед                         |                                                        |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
|                              | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                        | 50           | 0,7              | 2,9     | 4,1         | 45,6    | 33                            |              | 2011             |
|                              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3   | ТТК №43                       |              |                  |
|                              | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                          | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1   | ТТК №67                       |              |                  |
|                              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0    | 372                           |              | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                        | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2    |                               |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0    |                               |              |                  |
| Итого за обед                |                                                        | 610          | 37,9             | 38,5    | 85,8        | 848,2   |                               |              |                  |
|                              |                                                        |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                            | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3   | ТТК №65                       |              |                  |
|                              | 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             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0    |                               |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                        | 467          | 14,8             | 18,4    | 45,6        | 427,6   |                               |              |                  |
| Всего за день:               |                                                        |              | 66,6             | 67,1    | 221,2       | 1 787,4 |                               |              |                  |

Ответственное лицо Мухомов И.В.

Согласовано

24.08.2012

Зав. Бюджетной  
Р. А. А.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

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 | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                |                                                  | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 19       | Завтрак                        | Икра кабачковая консервированная                 | 50               | 1,0     | 4,5         | 3,9                           | 59,5         |                  |
|                              |                                | Омлет натуральный                                | 150              | 15,3    | 18,9        | 2,9                           | 249,4        | ТТК №72          |
|                              |                                | Чай с молоком или сливками                       | 200              | 3,0     | 2,5         | 15,6                          | 97,3         | 394              |
|                              |                                | Батон                                            | 30               | 2,3     | 0,9         | 15,4                          | 78,6         |                  |
|                              |                                | Итого за завтрак                                 | 430              | 21,6    | 26,8        | 37,8                          | 484,8        |                  |
| 2 Завтрак                    | Итого за 2 завтрак             | Сок яблочно-абрикосовый                          | 200              | 1,0     | 0,2         | 19,6                          | 83,4         | 399              |
|                              |                                |                                                  | 200              | 1,0     | 0,2         | 19,6                          | 83,4         |                  |
| Обед                         |                                | Огурец свежий                                    | 50               | 0,4     | 0,1         | 0,9                           | 6,5          |                  |
|                              |                                | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне   | 180              | 2,7     | 2,0         | 15,2                          | 90,0         | ТТК №88          |
|                              |                                | Птица, тушенная в соусе с овощами                | 150              | 14,4    | 13,6        | 14,7                          | 241,5        | ТТК №66          |
|                              |                                | Компот из сушеных фруктов                        | 200              | 0,0     | 0,0         | 15,5                          | 61,9         | 376              |
|                              |                                | Хлеб пеклеванный                                 | 40               | 2,6     | 0,4         | 17,0                          | 81,6         |                  |
|                              |                                | Хлеб пшеничный                                   | 50               | 3,8     | 0,3         | 25,1                          | 118,4        |                  |
| Итого за обед                |                                | 670                                              | 23,9             | 16,4    | 88,4        | 599,9                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          |                                | Котлеты, биточки, шницели рубленые               | 70               | 11,6    | 15,2        | 11,0                          | 234,5        | ТТК №61          |
|                              |                                | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)           | 150              | 8,1     | 5,6         | 36,9                          | 234,4        | 166              |
|                              |                                | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 190/10           | 0,1     | 0,0         | 9,8                           | 39,4         | 392              |
|                              |                                | Хлеб пшеничный                                   | 30               | 2,3     | 0,2         | 15,1                          | 71,0         |                  |
| Итого за уплотненный полдник |                                | 450                                              | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                |                                                  | 68,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                       |              |                  |

Ответственное лицо Шарова ИВ

Согласовано

20.08.2012

Зав. психологической службой



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



# 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 20<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)<br>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>БАТОН                                                                                                                                                                                     | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131,0                         |              |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 430          | 15,2             | 8,1     | 78,5        | 447,5                         |              |                  |
|                                   | Итого за завтрак                                                                                                                                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                                                                                                                                                                                             | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
| Обед                              | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ<br>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ<br>КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ<br>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ<br>КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ<br>ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ<br>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 180          | 2,0              | 3,7     | 8,8         | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205          | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 680          | 24,5             | 28,4    | 112,6       | 816,1                         |              |                  |
| Итого за обед                     |                                                                                                                                                                                                                                                    |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Уплотненный полдник               | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ<br>ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ<br>ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ<br>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 140/50       | 12,2             | 13,8    | 23,5        | 290,3                         | ТТК №32, 355 | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                                                                                                                                                                                                                    | 470          | 15,2             | 14,0    | 49,6        | 407,5                         |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                                                                                                                                                                                                                    |              | 55,7             | 51,3    | 259,7       | 1 762,3                       |              |                  |

Ответственное лицо Маслова И.В.