



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105							
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БАТОН	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		40	3	1,2	20,6	104,8		
		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368							
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,4	5,9	11,9	106		
		400	11,8	17,5	49,1	369		
Всего за день:			46,3	45,4	207,5	1404,5		

Ответственное лицо _____

Согласовано



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17	Завтрак							
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	
	БАТОН	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
2 Завтрак		355	7,7	10,4	48,0	321,2		
Итого за 2 завтрак								
Обед	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	Итого за обед	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401							
	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	Итого за Уплотненный полдник	40	3	1,2	20,6	104,8		
		400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1489,6		
Ответственное лицо								



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:			39,5	39,8	233,8	1 408,8		
Ответственное лицо								

Согласовано



Согласовано
15
Н. Т. Ковалева

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19	Завтрак							
	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Омлет натуральный ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	40	3	2,3	11,2	75,2	394	2011
	Итого за завтрак	180	11,4	13,4	19,8	391,2		
	2 Завтрак	350	14,3	14,6	20,6	104,8		
	Итого за 2 завтрак	530	25,7	28,0	40,4	206,0		
Обед	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	Огурец свежий	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	Птица, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №66	
	Компот из сушеных фруктов №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	Итого за обед	480	18,6	15,8	55,1	471,7		
Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	11,6	46,5	376	2011
	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	520	19,5	15,8	56,5	448,6		
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	Итого за Уплотненный полдник	710	34,7	28,76	110,4	823,06		
	Всего за день:	1240	60,4	53,56	205,8	1640,86		

Ответственное лицо _____

Согласовано



Заведующий МОУ № 15
Иванов И.А. Печенкина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105							
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	7	3,5				
	БАТОН	160	2,4	1,9	29,1	175,1	ТТК №105	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	40	3	1,2	12,2	76,1	395	2011
	Итого за завтрак	5	1,2	1,5	20,6	104,8		
		355	13,6	8,1	61,9	373,7	7	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368							
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	Икра кабачковая консервированная	200	0,8	0,8	19	91,2		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Кисель из повидла, джема, варенья №383	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	Хлеб пеклеваный	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		535	15,8	19	92,9	593,96		
Уплотненный полдник	Помидоры свежие							
	Фрикадельки вкусняшка с соусом сметанным ТТК №32/№354	40	0,4	0	0,9	5,5		
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	2011
	Хлеб пшеничный	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Печенье	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,4	5,9	11,9	106		
Всего за день:		400	12	11,8	51,2	375,7		
Ответственное лицо			42,2	39,7	225	1434,56		