

18.08, 2006 г.

Согласовано

Заступающий: Мочалов А.В.

М.В. Мочалов

Утверждаю: ОО ОО 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<br>Вариант 17<br>Завтрак | КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102                                 | 150          | 2.3              | 6.0     | 23.7        | 163.5                         | ТТК №102      |                  |
|                                   | ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ                                              | 180          | 2.7              | 2.3     | 14.0        | 87.6                          | 394           | 2011             |
|                                   | БАТОН                                                                   | 20           | 1.5              | 0.6     | 10.3        | 52.4                          |               |                  |
|                                   | СЫР (ПОРЦИОНАМИ) №7                                                     | 5            | 1.2              | 1.5     | 0           | 17.7                          | 7             | 2011             |
| Итого за завтрак                  |                                                                         | 355          | 7.7              | 10.4    | 48.0        | 321.2                         |               |                  |
| 2 Завтрак                         | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399                                            | 180          | 0.9              | 0.2     | 17.7        | 75.1                          | 399           | 2011             |
| Итого за 2 завтрак                |                                                                         | 180          | 0.9              | 0.2     | 17.7        | 75.1                          |               |                  |
| Обед                              | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33                                                     | 30           | 0.4              | 1.9     | 2.5         | 29.5                          | 33            | 2011             |
|                                   | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200                       | 150/5        | 1.2              | 3       | 5.4         | 54.8                          | ТТК №200      |                  |
|                                   | ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина) ТТК №60                                  | 50/30        | 8.3              | 9.8     | 15.6        | 154.2                         | ТТК №60       |                  |
|                                   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ №205                               | 110          | 4.1              | 4.4     | 26.3        | 166.1                         | 205           | 2011             |
| Итого за обед                     | ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                    | 150          | 0.1              | 0       | 21.1        | 84.8                          | 383           | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                        | 20           | 1.3              | 0.2     | 8.5         | 40.8                          |               |                  |
|                                   | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 | 545          | 15.4             | 19.3    | 79.4        | 530.2                         |               |                  |
|                                   | КЕФИР №401                                                              | 130/50       | 16.3             | 13.2    | 27.4        | 365.8                         | ТТК №151, 477 |                  |
| Уплотненный полдник               | БАТОН                                                                   | 180          | 5.1              | 4.4     | 7           | 92.5                          | 401           | 2011             |
|                                   |                                                                         | 40           | 3                | 1.2     | 20.6        | 104.8                         |               |                  |
|                                   |                                                                         | 400          | 24.4             | 18.8    | 55          | 563.1                         |               |                  |
|                                   |                                                                         |              | 48.4             | 48.7    | 200.1       | 1489.6                        |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                                         |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Всего за день:                    |                                                                         |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Ответственное лицо                |                                                                         |              |                  |         |             |                               |               |                  |

Согласовано

Заслуженный врач РФ

А.В. Попов

**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 рецептов |      |
|------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|------|
|                              |                                                          |                                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |      |
| Неделя 4<br>Вариант 17       | Завтрак                                                  |                                |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                              |                                                          | КАША вязкая молочная (рисовая) | 180              | 2,7     | 7,2         | 28,4                          | 196,2         | ТТК №102         |      |
|                              |                                                          | ЧАЙ с МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ     | 180              | 2,7     | 2,3         | 14,0                          | 87,6          | 394              | 2011 |
|                              |                                                          | БУТЕРБРОД с СЫРОМ              | 30/5/10          | 4,4     | 6,7         | 14,6                          | 141,6         | 3                | 2011 |
|                              | Итого за завтрак                                         |                                |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                              |                                                          | 405                            | 9,8              | 16,2    | 57,0        | 425,4                         |               |                  |      |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                                  | 200                            | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399           | 2011             |      |
|                              | Итого за 2 завтрак                                       | 200                            | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |               |                  |      |
| Обед                         | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                            | 50                             | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20            | 2011             |      |
|                              | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со сметаной                 | 180/5                          | 1,3              | 4,3     | 7,1         | 76,6                          | ТТК №200      |                  |      |
|                              | ФРИКАДЕЛЬКИ в соусе (говядина)                           | 70/30                          | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №60       |                  |      |
|                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом                     | 130                            | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205           | 2011             |      |
|                              | КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья                        | 180                            | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |      |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                         | 40                             | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |               |                  |      |
| Итого за обед                |                                                          | 685                            | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |               |                  |      |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с соусом молочным сладким с ванилью | 150/60                         | 28,1             | 21,3    | 30,1        | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |      |
|                              | КЕФИР                                                    | 200                            | 5,6              | 4,9     | 7,8         | 102,8                         | 401           | 2011             |      |
|                              | БАТОН                                                    | 40                             | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |      |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                          | 480                            | 36,7             | 27,4    | 58,5        | 647,3                         |               |                  |      |
| Зсего за день:               |                                                          |                                | 68,7             | 68,4    | 228,8       | 1 852,7                       |               |                  |      |
| Ответственное лицо           |                                                          |                                |                  |         |             |                               |               |                  |      |

Ответственное лицо