

Согласовано
Заведующий отделом
Кашаровская Е.В.
13.07.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

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 Вариант 1	Завтрак							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	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	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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	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	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		650	27,7	21,8	89,9	673,1		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	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	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								



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 Вариант 2								
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
	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
		420	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		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		
		610	37,9	38,5	85,8	848,2		
Итого за обед								
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 ШКОЛАДНОЕ	20	1,4	6,3	11,3	107,1		
		487	20,2	13,0	76,9	514,4		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за День:			72,0	61,7	252,5	1 874,2		

Ответственное лицо _____

СОГЛАСОВАНО

Заведующий Ольга 530
А.В. Ковалева
 13.07.2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алго
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 1 Вариант 3	Завтрак							
		КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	ТТК №83	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого за завтрак		55	5,5	5,0	0,3	68,6	213
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВЫЙ	445	14,4	9,8	51,8	351,7	2011
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		ХЛЕБ ПЕЧЕНАВНИЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	2011
Итого за обед			40	2,6	0,4	17,0	81,6	
			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
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
		ПЕЧЕНЬЕ	60	4,4	0,4	29,2	137,8	2011
Итого за Уплотненный полдник			20	1,4	5,9	11,9	106,0	
Всего за день:			550	25,9	29,5	112,9	843,1	
Ответственное лицо			57,7	52,0	256,4	1765,3		

СОГЛАСОВАНО

Видеонаблюдение № 1304
13.04.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 0000 Алёко
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 1 Вариант 4	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3
	Итого за завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	637	12,7	13,7	63,6	440,5		2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		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
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
			20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			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
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	2011
Итого за Уплотненный полдник		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,4	6,3	11,3	107,1	
			470	19,5	22,1	76,2	587,2	
				57,9	57,2	258,7	1 812,7	
Всего за день:								
Ответственное лицо								



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 Вариант 5	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	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	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		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	
		ПЛОД 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
Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
			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
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
			470	16,7	15,4	69,5	506,6		
Всего за день:				66,3	63,3	252,7	1 880,4		

Ответственное лицо

Ответственное лицо _____

СОГЛАСОВАНО

С.А. Ковалева
13.07.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 0000 Алеко
С.А. Ковалева
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	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
	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
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8		19,0	91,2		
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4			
Уплотненный полдник		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		
	Итого за Уплотненный полдник		457	24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день:			58,6	49,0	237,7	1749,6			
Ответственное лицо									

Согласовано
 Заведующий
 13.04.2011
 13.04.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждаю: 000 Алеко
 Ковалева А.В.

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 Вариант 7	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 пеклеварный	40	2,6	0,4	17,0		81,6		
Итого за обед		655	25,1	15,8	85,4		606,2		
Уплотненный полдник	Терпели 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		1740,6		
Ответственное лицо									

Согласовано
 Заведующий № 530
 Е. В. Ковалева
 13.05.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждено
 0000 Алеко
 Ковалева А.В.

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

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 8	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ						
		БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		СЫР (ПОРЦИЙНЫМ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
	Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7
2. Завтрак	Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	417	12,1	8,1	56,8	348,0	2011
Обед			200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	2011
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75
Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	2011
			50	3,8	0,3	25,1	118,4	
			720	23,4	16,0	90,6	612,4	
	Уплотненный подник	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477
Итого за Уплотненный подник		ПЕЧЕНЬЕ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393
			20	1,5	0,1	9,7	46,0	2011
			20	1,4	5,9	11,9	106,0	
			457	24,9	22,1	88,3	659,3	
	Всего за день:			58,6	49,0	237,7	1749,6	
Ответственное лицо								

Согласовано

Заведующий отдел № 530
И.В. Ковалева
13.07.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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



Утверждено: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	7
	Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЙНЫМ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	2011
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	400	17,9	12,5	59,4	422,7	
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68
		ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	2011
			20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			640	26,9	19,9	86,8	634,7	
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477
		КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
	Итого за Уплотненный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5	
Всего за день:				82,9	58,9	230,7	1 804,3	
Ответственное лицо								

Сотласовано
Забегунович Р. в 530
Р. 3. 05. 2016

Весна-Лето

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

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алеко

КОВАЛЕВА А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10	Завтрак		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	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	
		СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ОВОЩЕЙ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный поддник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	224,5	ТТК №61
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		Итого за Уплотненный поддник	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
		Всего за День:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	
Ответственное лицо		68,6	64,4	218,6	1 807,4			

Согласовано

Заведующий "Детский сад № 530"
 13.07.2016
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 0000 Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	ТТК №107	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1
2 Завтрак			405	9,9	14,1	48,1	382,2	2011
Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Обед		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,9	ТТК №87	
	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	2011
	ХЛЕБ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	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
	КОЛЛЕТА 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		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0		
Всего за день:		572	20,9	26,6	81,6	662,8		
Ответственное лицо		55,4	53,0	267,4	1 830,7			



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 Вариант 12	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
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
Итого за 2 завтрака			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20
		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
Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
			610	35,4	36,1	90,1	833,0	2011
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
		НАПИТОК ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125
Итого за уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398
			40	3,1	0,2	20,1	94,7	2011
Всего за день:			470	16,7	15,4	69,5	506,6	
				66,3	63,3	252,7	1 880,4	

Ответственное лицо _____

Согласовано
 13.07.2011
 13.07.2011
 13.07.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

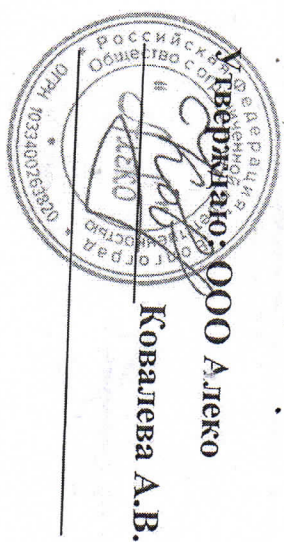
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алго
 Ковалева А.В.

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 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
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	415	13,3	10,2	77,1	457,7	2011
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,9	4,9	12,5	106,9	336
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	2011
			30	2,3	0,2	15,1	71,0	
			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
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	2011
		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	392
Итого за Уплотненный полдник			20	1,4	5,9	11,9	106,0	2011
Всего за день:			470	19,5	16,6	79,6	553,1	
Ответственное лицо			55,7	47,1	265,5	1 730,9		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето



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

Прием пищи	Неделя 3 Вариант 14	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	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		Итого за завтрак	420	17,9	24,0	26,9	400,7			
2. Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АФРИКОСОВЫЙ	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			
		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		2011
		ХЛЕБ ПЕЧЕНАВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372		
		Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Уплотненный полдник		ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	640	19,6	16,6	69,6	516,3			
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205		2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398		2011
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за Уплотненный полдник			20	1,4	6,3	11,3	107,1			
Всего за день:			460	20,7	24,3	83,9	658,1			
Ответственное лицо			59,2	65,1	200,0	1 758,5				

Согласовано
 Визировано
 13.04.2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 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			
Завтрак Неделя 3 Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		447	16,9	21,3	51,0	481,8		
Всего за день:			68,4	71,6	221,0	1 829,8		
Ответственное лицо								

Согласовано
 МОУ
 Детский сад № 330
 13.05.2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждено: ООО Алёко
 Ковалева А.В.

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

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16	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
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
	Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4	2011
			455	15,2	10,9	90,5	525,6	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед		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
		ХЛЕБ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	56,8	376
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
Итого за обед			30	2,1	9,4	17,0	160,6	
			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	124,6	321
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2011
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0	
Итого за Уплотненный полдник			460	19,1	14,6	80,4	548,4	
Всего за день:				56,6	53,4	260,7	1781,4	
Ответственное лицо								



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето



Ковалева А.В.

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 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
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
			405	9,8	16,2	57,0	425,4	
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак			200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20
		БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
Итого за обед			40	2,6	0,4	17,0	81,6	2011
			685	21,2	24,6	93,7	696,6	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СЫРОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	БАТОН	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Всего за день:		480	36,7	27,4	56,5	647,3		
Ответственное лицо			68,7	68,4	228,8	1 852,7		

Согласовано
 Ветеринарный врач
 13.04.2016
 8.9. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

Утверждено ООО Адеко
 Ковалева А.В.

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 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	420	12,1	9,2	51,2	337,0		
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		400	1,8	1,0	38,6	174,6		
	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	
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед		30	2,0	0,3	12,7	61,2		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	37,9	38,5	85,8			
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	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Всего за день:		467	14,8	18,4	45,6	427,6		
Ответственное лицо			66,6	67,1	221,2	1787,4		

Согласовано
 Подпись: *Е.В. Ковалева*
 13.05.2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 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 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
	Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	2011
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	430	21,6	26,8	37,8	484,8		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		Огулец 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 пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		2011
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		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	2011
Итого за полдник		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1 807,4		
Ответственное лицо								

Согласовано

В. В. Ковалева

13.05.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

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)	180	8,3	4,2	35,7	ТТК №105	
		КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0	2011
	Итого за завтрак	430	15,2	8,1	78,5	447,5		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011
	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 пеклеварный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		680	24,5	28,4	112,6	816,1		
Уплотненный полдник	Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Фрикадельки вкусушка с соусом сметанным с томатом	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
Всего за день:			55,7	51,3	259,7	1762,3		
Ответственное лицо								