

Согласовано
 ОКТОБРИ 2011
 № 321
 [Signature]

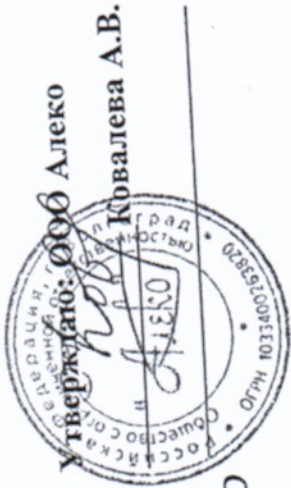


Утверждаю: ООО Алеско
 Ковалева А.В.

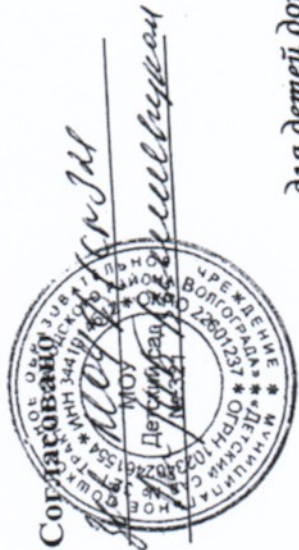
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	
		150	2,9	2,3	11,2	76,2	394	
		40	3	1,2	20,8	104,8		
		350	9,4	7,7	45,4	299		
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
		150	0	0	11,6	46,5	376	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	23,5	21,5	59,8	530,5		
Итого за обед		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		15	1,1	0,1	7,5	35,5		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник		445	14,2	15,1	77,0	491,0		
Всего за день:			48,0	44,6	199,9	1 395,6		

Повар



Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
Завтрак	Чай с сахаром, сливочное масло, фруктовый сок	40	3	1,2	20,6	104,8	
		380	9,5	5,8	53,8	303,4	
Итого за завтрак	БАТОН	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	380	1,7	1,0	36,7	166,3	
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
		480	14,8	20,4	76,6	509,8	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74
		120	2,4	3,3	10	118,7	125
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393
		50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
		437	14,4	13,8	71,1	434,9	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
			40,4	41,0	238,2	1 414,4	
Всего за день:							
Повар							



Согласовано

И.В. Ковалева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

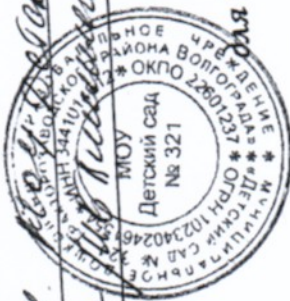
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Прием пищи Неделя 1 Вариант 3 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак	405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	2011
	Итого за 2 завтрака	540	14,6	12,1	58,5	426,7		
Обед Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №61, №354	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	180	0,1	0,1	20,9	86	372	
	Итого за обед	440	15,4	17,8	83,2	549,76		
Итого за Уплотненный полдник	44	44	39,1	206	1402			
Всего за день:								

Повар

Согласовано

М. В. Павлова



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	50	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	5	3,8	1,5	25,7	131	7	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	200	1,2	1,5	0	17,7	368	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	565	0,8	0,8	19,0	91,2	375,4	
			10,3	7,9	64,2			
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №88	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (повидла) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	46	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	521,6	
		560	16,1	14,4	84,1			
			6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011
			2,3	3,3	15,6	104,9	321	
			0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	180/10	0,1	0	0,1	46	46	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	20	1,5	0,1	9,7	160,9	473	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	4	3	29,6	460,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	420	14	14,4	72,8			
Итого за Уплотненный полдник		41,3	36,9	238,8		1432,9		
Всего за день:								

Повар _____



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



Согласовано: **С.К. Журав**
Журав С.К.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

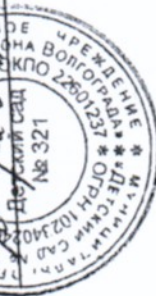
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		355	11	10,1	62,2	387,2		
	Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	33
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	383	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0	21,1	84,8		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАЛЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	4,9	5,7	4,8	64,1	125	2011
	КАРТУФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	398	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		

Повар _____

Согласовано

Ирина Владимировна
Директор СД
№ 321



Утверждаю: **ООО Алеко**

А.В. Ковалева
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83
		150/73,5	0,1	0	7	29	393
		50	3,8	1,5	25,7	131	7
		5	1,2	1,5	0	17,7	340,7
	БАТОН	365	11,2	6,4	59,5		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7					91,2	368
	Итого за завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0		
Итого за 2 завтрак		30	0,2	0	0,5	3,9	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75
	БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	0	0,4	11,6	46,5	376
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	50	3,3	0,2	21,2	102	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	25	1,9	0,2	12,5	59,2	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	540	15,3	12,9	69,2	463	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
Итого за обед		130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/73,5	0,1	0	7	29	393
	СЛАДИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	20	1,5	0,1	9,7	46	467
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	50	4,1	3,9	28,9	167,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	400	16	22,3	89,5	586,6	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467						
Итого за Уплотненный полдник		43,3	42,4	237,2	1481,5		
Всего за день:							

Повар _____



Согласовано
 [Signature]
 [Signature]



Утверждено ООО Алеко
 [Signature]
 Ковалева А.В.

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	Вариант 7	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72							
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392		2,3	0,9	15,4	78,6	7	
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7		
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	355	11,7	10,8	31,7			2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		30	0,3	0	0,7	4,1	ТТК №202	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №64, 354	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	130/20	13	7,4	28,4	251,1	372	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫЮ (говядина) С СОУСОМ	150	0,1	0,1	17,4	71,8		
	СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	560	22,1	12	86,8	563,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	430	15,1	14,3	67,7	450,1		
	Итого за Уплотненный полдник		49,8	37,3	203,9	1404,6		
Всего за день:								
Повар _____								



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (малая) ТТК №63	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №63	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	5	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОНАМ) №7	50	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	69,5	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		ТТК №68
	СУП С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за обед		540	15,3	12,9	69,2	463	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
	СЛАДОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	69,5	586,5		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		

Повар _____



Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]



Утверждаю: ООО Алеко
 [Подпись]
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Неделя 2							
	Вариант 9							
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
Итого за завтрак		50	3,8	1,5	25,7	131		
	БАТОН	350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2 Завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
Итого за обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	2011
	БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	40	2,6	0,4	17	81,6		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	КЕФИР №401	40	3	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН	400	24,3	17,9	57,1	562,9		
Всего за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6			

Повар _____

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	394	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	104,8	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	397		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6			
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак		30	0,2	0	0,5	3,9		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	0	0	11,6	46,5	376	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	40	2,6	0,4	17	81,6	46	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	49,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	640	21	15,9	66,2			
	Итого за обед		50	6,3	8,5	15,1	144,96	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	400	15,8	13,16	73,7	482,06		
Итого за Уплотненный полдник			52	43,88	198,2	1448,76		
Всего за день:								

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
			350	10,4	8,5	46,8	307,7	
Итого за завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Итого за 2 завтрак								
			30	0,3	0	0,7	4,1	
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	20,1	10,3	79,5	511,2		
Итого за обед		30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	15	18	76,4	517,1		
Всего за день:		487	46,2	37,3	234,6	1473		

Повар _____



Согласовано
 [Signature]



тверждаю: О.В. Овалева А.В.
 [Signature]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Прием пищи Неделя 3 Вариант 12		150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		355	11	10,1	62,2	387,2		
Итого за завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
Обед		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		520	17,9	20,5	100,4	617,5		
		30	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
Итого за обед		30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	2011
		50	4,9	5,7	4,8	64,1	125	2011
Уплотненный Итого за Уплотненный полдник		120	2,4	3,3	19	118,7	398	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	71	
		30	2,3	0,2	15,1	71		
		410	10,8	12,2	59,3	377,8		
Всего за день:		40,5	43	239,6	1457,6			

Повар _____



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 14 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 сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Батон	390	11,8	12,3	39,2	360,2		
Итого за завтрак								2011
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	Помидоры соленые	30	0,3	0	0,7	4,1		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Голубцы ленивые ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	Напиток из плодов шиповника №368	180	0,6	0,3	18,1	88,3	368	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Хлеб пшеничный	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1 484,5		

Повар _____

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]

Утверждено ООО Алеко
 [Подпись]
 [Подпись]

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3							
Вариант 15							
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	2,3	11,4	71,3	395	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	45	3,4	23,1	117,9	7	2011
	БАТОН	5	1,2	0	17,7		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	350	11,3	47	313,4		
Итого за завтрак		200	0,8	19,0	91,2	368	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	19,0	91,2		
2 Завтрак							
Итого за 2 завтрак		30	0,6	2,7	35,7		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	130	10,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	СУП ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	21,1	84,8	383	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	20	1,3	8,5	40,8		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	20	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	88,2	563,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	500	16,2	20,7			
Итого за обед		50	6,3	15,1	144,96	ТТК №61	2011
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	4,3	10,8	97,7	344	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	0	41,7	10	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	29,6	160,9	473	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	75,2	491,26		
Итого за Уплотненный полдник		427	14	229,4	1459,26		
Всего за день:			42,3	46,1			

Повар _____



Исполнитель: Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖАДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2 БАТОН	150	7	3,5	29,1	ТТК №105	2011	
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19	91,2		
Итого за 2 завтрак		30	0,2	0	0,5	3,9		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47 ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	1,7	3	5,9	ТТК №47		
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Итого за обед		50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	110	2,3	3,3	15,6	321	2011	
		180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46	467	2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3		
		420	14,5	15,5	66,1	430,3		
Итого за Уплотненный полдник		49	43,4	224,5	1465,8			
Всего за день:								
Повар								

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]



Утверждаю: ООО Алеко
 [Подпись]
 [Подпись]



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Итого за 2 завтрак		30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	40	2,6	0,4	17	81,6	46	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	59,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	17,6	20,7	94,8			
Итого за обед		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (повидло) ТТК №65	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Итого за Уплотненный полдник			39,5	39,8	233,8	1 408,8		
Всего за день:								

Повар _____



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



Составлено

Детский рацион

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

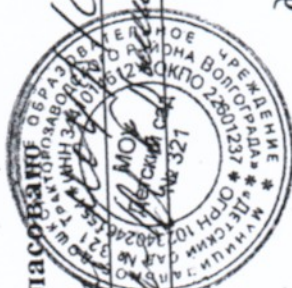
Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011
		130	8,1	8,4	6,5	180,3	394	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2		
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		350	14,3	14,6	40,6	387		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	2011
		150	2,3	1,8	12,7	75,1	376	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5		
		150	0	0	11,6	46,5		
		40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		19,5	15,8	56,5	448,6			
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
		120	6,3	4,48	28,7	203	166	
		180/10	0,1	0	9,8	36,4	362	
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Итого за Уплотненный полдник		50,5	43,78	188,5	1402,76			
Итого за день:								

Повер

Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись]



Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	7	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7		
		355	13,6	8,1	61,9	373,7		
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19	91,2		
Итого за 2 завтрак		30	0,6	2,7	2,3	35,7		
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	БУЛЬОНЕ ТТК №28	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	535	15,8	19	92,9	593,96		
Итого за обед		40	0,4	0	0,9	5,5		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №32/№354	180/10	0,1	0	9,8	39,4	382	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	2	14,9	83,4		
	ПЕЧЕНЬЕ	400	12	11,8	61,2	375,7		
Итого за Уплотненный полдник		42,2	39,7	22,5	1434,56			
Всего за день:								

Повар _____