



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 рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Неделя 1 Вариант 1 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	299
		350	9,4	7,7	45,4		
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		30	0,6	2,7	2,3	35,7	
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	0	0	11,6	46,5	376
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	520	23,5	21,6	59,8	530,5	
Итого за обед		50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
Уплотненный полдник	ТЕ-ФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	15	1,1	0,1	7,5	35,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	445	14,2	15,1	77,0	491,0	
Итого за Уплотненный полдник		445	48,0	44,6	199,9	1 395,6	
Всего за день:							
Повар _____							

Согласовано *Заведующий*
М.В. Давыдов
Торжеслова Т.С.



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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								
Вариант 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (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
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
Итого за завтрак								
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак								
Обед								
Итого за 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		650	27,7	21,8	89,9	673,1		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	ТЕ-ФТЕЛИ 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		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								
		59,4	21,0	20,5	93,3	654,8		
		268,8	56,9	268,8	1 802,4			

Повар _____