



Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

Согласовано  
М.П. Д. 28. 08. 2012 г. Д. 28. 08. 2012 г.

Π. C.

# ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

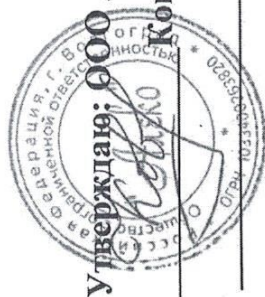
## Зима-Осень

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

Повар.

Согласовано  
10.09.2011  
23.09.2011  
Т.С.



Утверждаю: ООО Алеко  
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 | № рецептуры   | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                                |                                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 2<br>Вариант 9<br>Завтрак               | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                                          | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105      | 2011             |
|                                                | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                                 | 180          | 5,0              | 4,4     | 8,3         | 94,3                          | 400           |                  |
|                                                | БАТОН                                                            | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                                                | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                   | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             |                  |
|                                                | Итого за завтрак                                                 | 400          | 17,9             | 12,5    | 59,4        | 422,7                         |               |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак                | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                                     | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399           | 2011             |
|                                                |                                                                  | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |               |                  |
|                                                | Итого за 2 завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Обед                                           | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                                  | 50           | 0,7              | 2,9     | 4,1         | 45,6                          | 33            | 2011             |
|                                                | 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       |                  |
|                                                | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                                | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           |                  |
|                                                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                 | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                                                | Итого за обед                                                    | 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 | 2011             |
|                                                | КЕФИР                                                            | 200          | 5,6              | 4,9     | 7,8         | 102,8                         | 401           |                  |
|                                                | БАТОН                                                            | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131,0                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник<br>Всего за день: |                                                                  | 450          | 37,1             | 26,3    | 64,9        | 663,5                         |               |                  |
|                                                |                                                                  |              | 82,9             | 58,9    | 230,7       | 1 804,3                       |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_