

Согласовано

Заведующий МБОУ

А.А. Николаева



Утверждаю: ООО Алеко

Коналева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

24.05.2012

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-тур | Сборник рецептов |
|----------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 | 150 | 6,1 | 3,4 | 26,8 | 163 | ТТК №83 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| | Итого за завтрак | 365 | 11,2 | 6,4 | 59,5 | 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 СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ 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 | 2011 |
| | КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 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 СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 130/40 | 10,3 | 18,3 | 43,9 | 344,3 | ТТК №152, 477 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| | Итого за Уплотненный полдник | 400 | 16 | 22,3 | 89,5 | 586,6 | | |
| | Всего за день: | | 43,3 | 42,4 | 237,2 | 1481,5 | | |

Повар

Согласовано

Заведующий МОУ Детский сад

М.С. Толва

24.05.2012



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

24.05.2012

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | 7,3 | 4,2 | 31,4 | 191,3 | 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | | |
| 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 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 467 | 24,9 | 22,1 | 88,3 | 659,3 | | |
| Всего за день: | | | 61,2 | 47,0 | 254,7 | 1 810,9 | | |

Повар _____

Согласовано

Заведующий МСЧ № 221

А.А. Давыдова



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

24.05.2012

24.05.2012

Весна-Лето

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-тур | Сборник рецептов |
|--------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖЕЛТКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83 | 180 | 7,3 | 4,2 | 31,4 | 191,3 | ТТК №83 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | 393 | |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | 7 | |
| Итого за завтрак | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 10 | 2,3 | 3,0 | 36,4 | 36,4 | 7 | 2011 |
| | | 417 | 12,1 | 8,1 | 56,8 | 348,0 | | |
| 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 | | | | | | | | |
| Итого за обед | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 6,5 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 180 | 2,7 | 2,1 | 14,5 | 89,2 | ТТК №88 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 140/50 | 13,2 | 13,1 | 13,4 | 234,4 | ТТК №75 | 2011 |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 | 376 | |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | | |
| Итого за обед | | 720 | 23,4 | 16,0 | 90,6 | 612,4 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| Итого за Полдник | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| Итого за Полдник | | 250 | 4,2 | 3,9 | 38,7 | 206,7 | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| Итого за Ужин | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 150/60 | 19,3 | 18,7 | 40,4 | 413,6 | ТТК №152, 477 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | 393 | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,3 | 0,3 | 21,9 | 103,4 | | |
| Итого за Ужин | | 452 | 22,8 | 19,0 | 72,3 | 558,7 | | |
| 2 УЖИН | | | | | | | | |
| Итого за 2 ужин | КЕФИР №401 | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | 401 | 2011 |
| | | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | | |
| Всего за день: | | 68,4 | 52,2 | 284,4 | 1 909,5 | | | |

Повар _____