

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Уверенная ООО Алко
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			
Завтрак Неделя 1 День 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	307/0	2,4	7,5	15,2	145,9	1	2011
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	361,1		
2 ЗАВТРАК	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	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 БЕЛОКОЧУДНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №85	250	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70/30	10,3	3,9	57,3	281,3		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	130	2,7	12,4	11,0	206,3	ТТК №85	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	18,5	124,4	321	2011
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	9,8	39,4	392	2011
2 УЖИН	КЕФИР №401	480	16,9	16,6	64,4	487,5		
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Повар		63,0	63,0	61,2	273,6	1930,2		

Согласовано



Владимир Сергеевич Савин
 Руководитель центра
 МОУ «С.К.С.Ф.К.К.»

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Ковалева А.В.

Примем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3	КАША ЖИДКАЯ (МАННА) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	445	14,4	9,9	51,8	351,7		
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	ОГУРЕЦ СОПЕНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180	10,0	6,8	25,3	215,8	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	647	16,4	12,5	72,1	487,1		
Итого за Полдник		50	3,8	4,9	37,2	208,5		
Ужин	ПИРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	200	3,0	2,5	15,6	97,3	324	2011
	КОТЛЕТЫ, ВИТЧИКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№324	250	6,8	7,4	52,8	305,8		
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
Итого за Ужин		80	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
2 Ужин	КЕФИР №401	530	24,5	23,6	101,0	731,6		
Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого за 2 дня:		180	68,2	67,9	304,3	2 052,1		

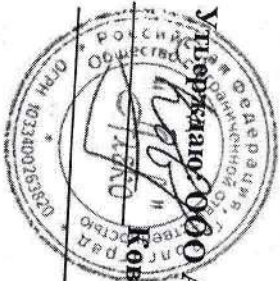
СОГЛАСОВАНО



С. В. Давыдова
 МБОУ СОШ № 66
 ул. Мухоморова, д. 10
 г. Нижний Новгород

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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



Ульяновская ул. д. 10
 г. Нижний Новгород
 ИНН 53-07-0000000
 ОГРН 5307003000000
 Коваляева А. В.

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393		0,2	0,0	10,0	41,7	393			
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	405/115	6,4	8,1	19,5	182,3	3			
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371			
	Итого за завтрак	637	12,7	13,7	63,6	440,5				
	2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4		399	
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4				
	Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		ТТК №43	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3		ТТК №87	
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3		ТТК №65	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205			
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376		200	0,0	0,4	15,5	61,9	376			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6				
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0				
Полдник		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	730	24,7	21,2	99,3	701,6			
Итого за Полдник		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473		
Ужин		КОШЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	230	4,1	3,0	58,0	274,9				
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62			
	БАТОН	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321			
	Итого за Ужин	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393			
2 УЖИН	КЕФИР №401	45	3,4	1,3	23,1	117,9				
Итого за 2 ужин	442	17,8	16,8	63,1	481,9					
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
Повар		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
		65,4	59,3	310,6	2 074,8					

СОГЛАСОВАНО



Ирина Владимировна Сергеева
 МОУ ЦНД Дитяи
 № 66

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждает: *Алегко*
 Ковалева А.В.

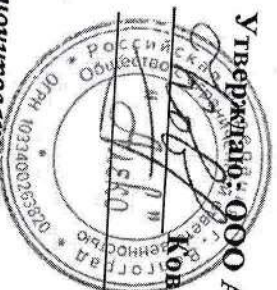
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	28,0	197,6	ТТК №104	
	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	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		
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛОНЕ ТТК №87	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	36,9	36,2	99,8	879,0		
ПОЛДНИК	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
Итого за Полдник	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,5	112,6	397	2011
Ужин	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	250	7,7	8,2	53,7	321,1		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №388	130	2,5	3,5	20,8	123,3	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3		
Итого за Ужин		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
2 УЖИН	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		180	80,6	76,0	323,1	2 340,0		

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждено: ООО Алерго

Ковалева А.В.

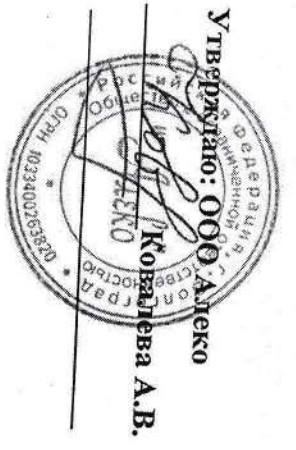
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 6	Завтрак	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
			0,2	0,0	10,0			
			2,3	0,9	15,4			
Итого за завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАРА) ТТК №83 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №893 БАТОН СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	30	2,3	0,9	15,4	78,6	ТТК №83	2011
			10	2,3	3,0			
			4,7	12,1	8,1			
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	417	12,1	8,1	56,8	364,0	7	2011
			12,1	8,1	56,8			
			12,1	8,1	56,8			
Обед	Итого за 2 обед	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
			0,8	0,8	19,0			
			0,8	0,8	19,0			
Итого за обед	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 ГОЛЫШЫ ДЕНИВЫЕ ТТК №75 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88	2011
			2,7	2,1	14,5			
			13,2	13,1	13,4			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	ТТК №75	2011
			50	3,3	0,4			
			50	3,8	21,2			
Полдник	Итого за 2 полдник	720	3,8	0,3	25,1	102,0	118,4	2011
			23,4	16,0	90,6			
			23,4	16,0	90,6			
Итого за полдник	БЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
			0,1	0,0	9,8			
			4,2	3,9	38,7			
Ужин	Итого за 2 ужин	290	4,2	3,9	38,7	206,7	392	2011
			4,2	3,9	38,7			
			4,2	3,9	38,7			
Итого за ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №893 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6	ТТК №152, 477	2011
			0,2	0,0	10,0			
			3,3	0,3	21,9			
Итого за ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
			3,3	0,3	21,9			
			452	22,8	19,0			
2 Ужин	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401	2011
			5,1	4,4	7,0			
			5,1	4,4	7,0			
Всего за день:	Полдник	180	68,4	52,2	284,4	1 909,5		
			68,4	52,2	284,4			
			68,4	52,2	284,4			



Согласовано

Ирина Викторовна Сергеева
Ирина Сергеевна

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждено: 000.Алеко
 Ковалева А.В.

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ИГРА КАЧАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	59,5	ТТК №72		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	430	18,7	24,3	32,0	425,9			
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №202		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№348	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6			
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011	
Полдник	ХЛЕБ ПЕКАРЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	655	25,1	15,8	85,4	606,2			
Итого за Полдник		50	3,8	4,9	37,2	208,5			
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011	
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	250	4,5	5,2	57,3	306,6			
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
Итого за Ужин	БАТОН	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011	
2 УЖИН		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
		40	3,0	1,2	20,6	104,8			
		460	20,9	14,9	60,7	468,6			
Итого за 2 ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар		180	75,3	64,8	252,0	1 984,2			

Согласовано



Ирина Владимировна
 Руководитель
 Управления по вопросам детского питания и физической культуры

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104		
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
Итого за завтрак	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011	
	Итого за завтрак	425	18,4	14,1	54,6	420,5			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	2011	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	533,4			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	180,9	473	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Полдник		250	4,1	3,0	39,4	200,3			
Ужин	ТЕРТЕЛИ С СОУСОМ (соевый) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4			
Итого за Ужин		460	19,6	17,4	85,3	600,4			
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		180	71,4	63,7	259,0	1 938,3			



Согласовано
 10.10.2011
 [Signature]

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



Утверждено: ООО Алёко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
		200	3,0	2,5	15,6	57,3	394	2011	
200	2,3	0,9	15,4	78,6					
430	21,6	28,8	37,8	484,8					
Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-АВРИКОВОСЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
200	1,0	0,2	19,6	83,4					
Итого за 2 завтрака	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	СУП С МАКАРОННЫМИ НАДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88				
150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66				
200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
50	3,8	0,3	25,1	118,4					
670	23,9	16,4	89,4	599,9					
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5			
Итого за Полдник	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	103,1	395	2011	
250	6,9	7,3	54,2	311,6					
Ужин	КОТЛЕТЫ ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011			
190/10	0,4	0,0	9,8	39,4	392	2011			
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
450	22,1	21,0	72,8	579,3					
Итого за 2 ужина	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
180	5,1	4,4	7,0	92,5					
Итого за 2 ужина	ПОВАР	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
180	5,1	4,4	7,0	92,5					
Итого за день:		180	80,6	76,1	279,8	2 151,5			



Сотласовано
 Директор
 А.В. Ковалева

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждено: ООО Алго
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов										
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г													
Завтрак	Неделя 3 День 11	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107											
									СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107									
									КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №895									
Итого за завтрак		180	2,8	2,2	15,4	92,9	ТТК №87											
		35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	395	ТТК №84	2011									
		405	9,9	14,1	48,1	368,6	1		2011									
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №888	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011										
Итого за 2 завтрака		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011										
Обед		50	0,6	0,0	1,2	6,8												
									ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ									
									СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87									
									МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64									
									СОУС ТОМАТНЫЙ №848									
									КОМЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №872									
									ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ									
									ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ									
									Итого за обед	50	0,6	0,0	1,2	6,8				
									30	3,3	0,4	20,9	96,0	372		2011		
670	23,9	11,8	105,8	648,7														
Полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011										
									БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467									
									КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №833									
									Итого за Полдник	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011		
									Ужин		250	4,2	3,9	57,3	281,3	383	2011	
																		ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №84
																		КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№835
																		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №821
																		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №893
																		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
Итого за Ужин	250	4,2	3,9	57,3	281,3	383	2011											
150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011												
180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011												
35	2,7	0,2	17,6	82,9														
552	19,5	20,7	69,7	556,8														
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011										
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011										
Всего за день:		180	63,3	55,4	319,8	2 084,9												

Повар



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Ковалева А.В.

Прем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЖИДСКАЯ (МАЧНЛАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83			
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011		
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4				
		425	19,3	14,2	50,3	405,6				
Итого за завтрак										
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	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	80	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011		
		200/10	1,7	5,5	7,5	93,5	ТТК №47			
		80	13,3	13,4	12,6	226,5	ТТК №61			
		150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011		
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0				
		750	27,3	28,4	111,5	825,0				
		Итого за обед								
		Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
				190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	247,9				
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №156, №477	150/60	24,4	18,2	41,4	437,3	ТТК №156, 477			
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011		
		45	3,3	0,3	21,9	103,4				
		452	27,9	18,5	73,3	582,4				
		Итого за Ужин								
2 УЖИН	ЧЕШКОК №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Всего за день:		180	84,3	71,2	308,1	2 245,6				

Повар _____

Согласовано



Исполнитель: *С.В. Ковалева*
 Дата: 08.10.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждает: 000 Алеко



Исполнитель: *С.В. Ковалева*
 Дата: 08.10.2011

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (пшеничная) ТТК №105 Чай с молоком или сливками №394 Бульварод с джемом или повидлом №2	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105		
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011	
		305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011	
Итого за завтрак		415	13,3	10,2	77,1	457,7			
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	Огурец соленный Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне ТТК №88 Телефли с соусом (говядина) ТТК №65 Капустя тушеная №336 Компот из сушеных фруктов №376 Хлеб пеклеварный Хлеб пшеничный	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
		50	0,4	0,1	0,9	6,5			
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85		
		130	2,9	4,9	12,5	106,9	336	2011	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		720	21,9	20,1	89,2	636,7			
		Итого за обед		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Полдник	Булочка веснушка №473 Напиток из плодов шиповника №398	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
		200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	2011	
Ужин	Супе из рыбы ТТК №74 Картофель отварной с маслом сливочным Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392 Хлеб пшеничный	250	4,7	3,3	49,7	259,0			
		70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
Итого за ужин		150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за 2 ужина		30	0,2	0,2	15,1	71,0			
Итого за 2 дня:	Кефир №401	450	17,1	10,9	51,8	381,3			
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 дня:		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар		180	53,1	49,1	294,4	1 910,6			



Сотласовано
 09.10.2011
 Д.В. Демидов
 Д.В. Демидов

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень



Утверждено: 09.10.2011
 Демидов
 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			
Завтрак Неделя 3 День 14	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	420	17,9	24,0	26,9	400,7		
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	ГОЛУБЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		660	20,0	17,4	71,0	533,3		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №407	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Ужин		250	4,2	3,9	36,7	206,7		
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за ужин		490	20,4	20,4	78,2	600,9		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:	Повар	180	68,6	70,3	241,4	1 917,5		

СОГЛАСОВАНО



В.В.Васильев
 Начальник отдела
 И.И.Иванов
 Заместитель

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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



Утверждено: 000 Алго
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Неделя 3 День 15	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		БЫР (ПОРПИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
Итого за завтрак			40	3,0	1,2	20,6	104,8		
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	430	13,7	11,4	52,8	369,6		
Итого за 2 завтрак			200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Обед		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
		СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №44	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №67	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИИДА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	28,9	31,2	24,8	493,1	ТТК №67	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,3	0,4	21,2	102,0		
			20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Полдник		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	630	37,0	38,1	96,2	887,2		
Итого за Полдник		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Ужин		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	250	7,0	5,5	45,2	258,2		
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
Итого за Ужин		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
			180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
2 Ужин		КЕФИР №401	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
Итого за 2 ужин			452	17,3	21,3	53,5	493,7		
Всего за день:			180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Повар			180	5,1	4,4	7,0	92,5		
			80,9	81,5	275,7	2 192,4			



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

Зима-Осень

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ



Утверждено: 2000 Алёко
 Ковалёва А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105 КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		300/20	2,3	3,7	27,4	158,7		2
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	455	15,2	10,9	90,5	525,6		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
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 ПЕКОВАННЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
		50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		180	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
Итого за обед		40	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	600	2,6	0,4	17,0	81,6		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Ужин	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	250	4,2	3,9	57,3	281,3		
		70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011
		150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
Итого за ужин		190/10	0,1	0,0	8,8	39,4	392	2011
2 ужин	КЕФИР №401	460	18,1	11,4	54,4	400,6		
		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		180	62,8	49,1	282,0	1 846,8		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 День 17	ЗАВТРАК	КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011	
	Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-ЯБРИКОВОСОВЫЙ №399	405	9,8	16,2	57,0	425,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОКОУЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Итого за обед	БОРИЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200		
Итого за обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205		
Полдник	ХЛЕБ ПЕКАРВАЧНЫЙ	40	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
		685	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	21,2	24,6	93,7	696,6		2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	3,8	4,9	37,2	208,5			
Ужин	ЗАПЕКАЧКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	250	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
		150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477		
Итого за ужин	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	45	3,4	1,3	23,1	117,9				
Итого за 2 ужина	СНЕЖОК №401	452	31,7	22,6	63,2	599,3		2011	
	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401			
Всего за день:	Повар	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
		2145,1	72,7	72,9	287,5	2145,1			



Составлено
 2011 г.
 Д.В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Применение пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 4 День 18	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	СЫР (ГОРЧИКОВЫЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5			
Итого за завтрак		400	12,1	9,2	51,2	337,0			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399								
Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Обед		400	1,8	1,0	38,6	174,6			
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33								
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33	2011	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2			
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		820	38,0	39,1	88,6	857,2			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473								
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011	
		250	4,1	3,0	58,0	274,9			
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	МАКАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		447	16,9	16,9	61,8	481,4			
2 Ужин	КЕФИР №401								
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Повар			78,0	73,6	303,2	2 217,6			

