

Согласовано

Исполнитель № 345
детский персонал



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ ЖЕЗЮ

Весна-Лето

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

Утверждает: ООБ Агаско

Ковалева А.В.



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫМ (Рисовый) ТТК №107	160	4.3	4.4	15.0	131.6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №384	200	3.0	2.5	15.6	87.3	304	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	20/10	2.4	7.5	15.2	145.8	1	2011
	Итого за завтрак	420	9.7	14.4	45.8	374.7		
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 БЕЛОКОУЧАВНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0.8	2.4	4.5	44.1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №89	180	2.2	2.1	14.5	89.2	ТТК №89	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОНСКИМУ ТТК №675	150	17.8	16.7	15.6	287.3	ТТК №675	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕВАТЫЙ	180	0.0	0.0	14.0	55.8	376	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЕВАТЫЙ	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	50	4.1	3.9	28.9	167.3	467	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0.1	0.0	28.4	114.0	393	2011
	Итого за полдник	250	4.2	3.8	57.3	281.3		
Ужин	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (соевый) ТТК №85	70/30	10.3	12.4	11.0	205.3	ТТК №85	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	120	2.7	3.0	18.5	124.4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/10	0.1	0.0	9.8	39.4	392	2011
	Итого за ужин	50	3.8	0.3	25.1	118.4		
2 Ужин	Итого за 2 ужин	480	16.9	16.6	84.4	487.5		
Итого за 2 ужин	Итого за 2 ужин	180	5.1	4.4	7.0	82.5	401	2011
Всего за день:		180	6.1	4.4	7.0	92.5		
Повар		63.0	61.2	273.6	1943.8			

СОГЛАСОВАНО
 2012 г. 12.06.12
 № 345
 2012 г. 12.06.12
 2012 г. 12.06.12

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

Утверждено ООО Алеско
 2012 г. 12.06.12
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Принимать пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2	Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180,5	7,8	5,5	28,5	185,7	ТТК №104
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ПОВИДЛОМ №392	180,10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		СЫР (ТОРПЕДЫ) №7	10	2,3	3,0	0,0	38,4	7
		БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5	
	Итого за завтрак		406	12,1	9,2	51,2	337,0	
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	18,6	83,4	399
		ФРУКТЫ СРЕЖНЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398
	Итого за 2 завтрак		400	1,8	1,0	38,6	174,6	
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №3	80	0,8	3,5	4,9	54,6	33
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХИ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43
		ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	460,1	ТТК №67
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	66,0	372
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
Итого за обед			20	1,5	0,1	9,7	46,0	
			620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Полдник		БУЛОЧКА ВЕЩУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОМИДОР, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	200	0,1	0,0	28,4	114,6	393
Итого за Полдник			250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин		СУПЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	8,6	3,1	122,6	ТТК №74
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСТОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	146,3	125
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180,107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	64,7	
	Итого за Ужин		457	18,0	10,9	57,0	407,3	
2 Ужин		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	82,5	401
		Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	82,5	
Всего за день:			182	79,1	67,8	289,4	2143,5	

Повар



Согласовано
Заведующий лабораторией № 345
И.В. Корнилова

РЕЖИМЕН ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО-Алеко

А.В. Ковалева А.В.



Приним пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 День 3	Завтрак								
	КАША ЯГЛАКА (МАНАРА) ТТК №83	180	7.3	4.2	31.4		191.2	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВАДЛОМ №392	180/10	0.1	0.0	9.8		39.4	392	2011
	БАТОН	20	1.5	0.6	10.3		52.4		
	МЯЛА ВАРЕНЬЕ №213	64	5.5	5.0	0.3		68.6	213	2011
	Итого за завтрак	445	14.4	9.8	51.8		351.7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №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	ОСУЩЕ СЕДОМ	50	0.4	0.1	0.0		6.5		
	БОРИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТОМ БУЛДОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1.7	5.1	9.2		64.5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (печень) ТТК №79	150	10.0	6.8	25.3		215.8	ТТК №79	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0.2	0.0	10.0		41.7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	9.7		46.0		
	Итого за обед	40	2.6	0.4	17.0		81.6		
		647	16.4	12.5	72.1		487.1		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3.8	4.9	37.2		203.5		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №394	200	3.0	2.5	16.6		97.3	394	2011
	Итого за полдник	250	6.8	7.4	53.8		300.8		
Ужин	ПЮРЕ ИЗ МОРОЖЕНОГО СВЕЖИ (СВЕЖИ) №324	60	1.0	1.8	6.2		47.8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БУЛТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61	70/30	12.0	16.4	12.7		257.0	ТТК №61, 364	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНЬКА) №166	130	7.0	4.8	32.0		200.5	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0.1	0.1	20.6		88.0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.4	0.4	23.2		137.8		
	Итого за ужин	530	24.5	23.8	101.0		737.1		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5.1	4.4	7.0		82.5	401	2011
	Итого за 2 ужин	180	5.1	4.4	7.0		82.5		
	Итого за день:		68.2	57.9	304.3		2 057.6		

Поезд

Согласовано

Заведующий МКЦ № 345

В.А. Горюхи



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 0000 Алёко

Ковалева А.В.



Примечание	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 1 День 4	СУП МОЛОЧНЫЙ С КУРИЦЕЙ (ПРЕСНЕВОД) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №293	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383		2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №13	405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3		2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №268	200	0,8	0,8	19,0	91,2	383		2011
	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	389		2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ПОМАДОРА СВЕЖИЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1	ТТК №13		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №87		
	ТЕОРЕЛ С СОУСОМ (овощной) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТАРПЕНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,8	4,4	31,1	188,4	205		2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376		2011
	ХЛЕБ ПЕКОВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7	46,0			
	Итого за обед	733	24,7	21,2	99,3	701,6			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	100,9	473		2011
	ЯБЛОКО ИЗ ПОВЫЛЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЫЯ №393	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383		2011
Итого за Полдник		250	4,1	3,0	58,0	214,9			
Ужин	КОТЛЕТА РУБЕЦОВАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321		2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №390	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	Итого за Ужин	442	17,8	16,8	63,1	481,9			
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:			65,4	59,3	310,6	2 074,9			

Повар

Сотласовано

Ивановская И.В. № 345

В.В. С.В. Смирнова



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено 2010 Алеско

Ковалева А.В.



Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Срок хранения
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Начало 1 День 5	КАША ЖИТКАЯ (ПЕРВОНЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7.8	5.5	28.0		197.8	ТТК №104	
	КОСЯНКА НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3.1	2.4	17.1		103.1	305	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОСЫПКОМ №2	305/20	2.3	3.7	27.4		106.7	2	2011
	Итого за завтрак	435	13.2	11.6	73.5		407.6		
2. Завтрак	СОК ПЕЧЕНЬНЫЙ №399	200	1.0	0.2	18.6		83.4	309	2011
	Итого за 2 завтрак	200	1.0	0.2	18.6		83.4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОУЧАВНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0.8	2.4	4.5		44.1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРЯНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №67	180	2.2	2.1	13.8		85.2	ТТК №67	
	ПЮС НА ПТИЦУ ТТК №67	150	28.5	31.2	24.8		499.1	ТТК №67	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВАДИ, ДЖЕМ, ВАРЕНЫ №393	180	0.1	0.0	25.7		102.6	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬНЫЙ	50	3.3	0.4	21.2		102.0		
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬНЫЙ	20	1.5	0.1	9.7		46.0		
	Итого за обед	630	36.9	28.2	99.8		879.0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3.8	4.9	37.2		208.5		
	КАША С МОЛОКОМ №397	200	3.8	3.3	16.5		112.6	397	2011
	Итого за полдник	250	7.7	8.2	53.7		321.1		
Ужин	КАША КАШАЧОВАЯ КОСЯНКА-ОВАЧАЯ	50	1.0	4.5	3.9		59.5		
	КОТЛЕТИ ИЛИ БИГГОН РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	8.5	6.8	6.8		135.8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2.5	3.5	20.6		128.3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0.6	0.3	18.1		83.2	398	2011
Итого за ужин	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1		94.7		
	Итого за ужин	470	16.7	15.4	69.5		506.6		
2. Ужин	КОШУР №401	160	5.1	4.4	7.0		92.5	401	2011
	Итого за 2 ужин	160	5.1	4.4	7.0		92.5		
	Всего за день:	80.8	76.0	323.1	2 340.0				
	Повар								

Согласовано
 Подпись: *С.В. Воробей*
 № 345

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

Утверждено: 000 Алеко
 Подпись: *С.В. Воробей*
 Ковалева А.В.

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак День 6	КАША ЖИДКАЯ (КАШКА) ТТК №63	180	7,3	4,2	31,4		191,3	ТТК №63	
	ЧАЙ С ТРАВАМИ №393	180/107	0,2	0,0	10,0		41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,8	15,4		78,6		
	СЫР (ПОРЦИОНАЛ) №7	10	2,3	3,0	0,0		36,4	7	2011
	Итого за завтрак	412	12,1	8,1	56,8		346,0		
2 Завтрак	ОБУКЛЫ СВЕЖИЕ (БЕЛОКО) №38	200	0,8	0,8	18,0		91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	18,0		91,2		
Обед	ОУЩЕЩ 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	
	ГОЛОВЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4		234,4	ТТК №75	2011
	КОМОТ ИЗ СУДЕНЬКИ ОРУКТОД №276	200	0,0	0,0	15,5		61,9	376	
	ХЛЕБ ПЕКИНГОВЫЙ	50	3,3	0,4	21,2		102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИНГОВЫЙ	50	3,3	0,3	25,1		118,4		
		720	23,4	18,0	90,6		612,4		
Полдник	БУЛЬОНА ВАНУЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9		167,3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/10	0,1	0,0	9,6		39,4	392	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	38,7		206,7		
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/50	10,3	18,7	40,4		413,6	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНКОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0		41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПЕКИНГОВЫЙ	45	3,3	0,3	21,9		103,4		
Итого за ужин		452	22,8	19,0	72,3		558,7		
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0		92,6	401	2011
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0		92,6		
Итого за день:			69,4	52,2	284,4		1 809,5		

Площадь

Согласовано

Заведующий МКД № 345

И.И.И. И.И.И. И.И.И.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено 0000 Алеско

Ковалева А.В.



Применение пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 7	Завтрак	ИЖА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,6	59,5		
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,8	2,8	249,4	ТТК №72	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2. Завтрак	СДК БЕЛОНЧНО-АФРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	309		2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,5	0,0	1,2	6,8		ТТК №202	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6			
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (овощные) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №202	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348		2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,5	86,0	372		2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНЬЯ ИЛИ	40	2,6	0,4	17,0	81,5			
Итого за обед		655	25,1	15,8	85,4	605,2			
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,0	4,9	37,2	258,5			
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	96,1	398		2011
Итого за Полдник		250	4,5	5,2	57,3	354,6			
Ужин	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (овощные)	70/20	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65		
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321		2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за ужин	400	18,7	19,7	62,9	617,0			
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:			73,1	59,6	254,2	2 032,6			

Повар

Сотласовано

Информация № 345
2011 г. 24 апреля



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алеко

Копалова 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 День 8	КАША ЯОЛКАЯ (МАША) ТТК №83	180	7.3	4.2	31.4	181.3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №88	180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	383	2011
	БАТОН	30	2.3	0.9	15.4	78.8		
	СЫР (КОТЫРАЖ) №7	10	2.3	3.0	0.0	38.4	7	2011
	Итого за завтрак	417	12.1	8.1	56.8	348.0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛКО) №88	200	0.8	0.8	19.0	91.2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0.8	0.8	19.0	91.2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.4	0.1	0.9	8.5		
	СУП С МАКАРОНИКАМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КИСЛО-КОСЛОМ БУЛЬОНЕ ТТК №84	180	2.7	2.1	14.5	89.2	ТТК №88	
	ПОЛЫВКА ЛЕВАННЫЕ ТТК №75	140/50	13.2	13.7	13.4	234.4	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №78	200	0.0	0.0	15.5	61.9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИИ	50	3.3	0.4	21.2	102.0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПИШЕВЧЕВЫЙ	50	3.8	0.3	25.1	118.4		
		720	23.4	16.0	90.6	612.4		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №87	50	4.1	3.9	28.9	167.3	467	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУХОВИЦА МЯСНОМ ПОМИДОМ №92	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	СУП ПОРЦИОННЫЙ ТВОРОЖНО-КОПЕЧНЫЙ С БУТТОМ ПОЛОМ И СЫРОМ ТУРКОВИЧ	150/80	19.3	18.7	40.4	413.6	ТТК №152, 477	
	ВАНИЛЬНЫЙ САХАРНЫЙ САХАР	180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	383	2011
	ХЛЕБ ПИШЕВЧЕВЫЙ	45	3.3	0.3	21.5	103.4		
Итого за ужин		452	22.8	19.0	72.3	558.7		
2 Ужин	КЕФИР ЯГОД	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:			88.4	52.2	284.4	1909.5		

Повар

Sobremonte Hill one ~ 345
Hill Rd Spruce

Удобрение: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Вечна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Зерно-железа ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Прием пищи								
Неделя 2								
День 9								
Завтрак								
	КАША ЖИТОВАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,5	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОР	33	2,3	0,9	15,4	74,6		
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	63,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	63,4		
Обед								
	САЛАТ ИЗ ОРЕХОВ №33	50	0,7	2,9	4,1	49,6	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ ВАРЬЯНТЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/110	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИИ С РЫСОМ ТТК №68	150	16,6	11,4	16,8	243,0	ТТК №68	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	180	0,1	0,0	25,7	102,6	33	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	50	3,5	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	45,0		
Итого за обед		640	26,9	19,5	65,8	634,7		
Полдник								
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №67	50	4,1	3,9	28,5	167,3	67	2011
Итого за полдник		190/110	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	250	4,2	1,9	35,7	206,7		
Ужин								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	150/80	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	88,1	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за ужин		450	31,9	21,8	79,3	632,5		
2 ужин								
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	82,5	401	2011
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
			57,0	62,7	281,8	2 072,5		

Ногад



Сотласовано
Заведующий МЦУ № 345
И.И. С.А. Широмова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алеко
И.И. С.А. Широмова
Ковалева А.В.

Применение	Применение	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КУРИЦЕЙ (РЕЦЕПТУР ТТК №107)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	180	2,8	2,2	15,4	92,8	306	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	350,0	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
	Итого за завтрак	405	9,9	14,1	48,1	382,2		
2 Завтрак	ПЕЧЕНОК ОВЧИЙ С МАСЛОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87	
	МАКАРОНИКИ С КИСЛОМ ИЛИ ПЕЧЕНОМ (овощные) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64, 348	150,00	15,2	9,0	33,5	267,2	ТТК №64, 348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,6	88,0	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,5	28,9	167,3	467	2011
	КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	200	0,3	0,0	28,4	114,0	365	2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	57,3	281,3		
Ужин	МЯСО СВЕКОЛЬНОЕ ИЛИ МОРОЖЕНОЕ (МОРОЖЕНОЕ) №64	50	1,1	2,4	5,6	49,9	64	2011
	КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	70,00	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 365	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧУЖИ С ЛАКОМНОМ №383	180,00	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
Итого за ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,8		
		552	19,5	20,7	69,7	556,8		
2 Ужин	КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	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:			53,3	55,4	319,8	2 038,5		
	Повар							

Zaburyny w m. M. n. 345

Коваленко А.В.

Вечна-Лето

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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 12								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5	29,0	187,6	ТТК №104	
	КОРЕНЬЯНЫ НАПИТОК С МОЛОКОМ №85	200	3,1	2,4	17,1	103,1	205	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/200	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №209	200	1,0	0,2	19,6	83,4	369	2011
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛОНЕ ТТК №87	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЮФ ИЗ ПИЦЦА ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	493,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕЦА №233	180	0,1	0,0	26,7	102,6	283	2011
	ХЛЕБ ПЕКАРЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ТЕМНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	36,9	34,2	99,8	679,0		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
	КАША С МОЛОКОМ №87	200	3,8	3,3	18,5	112,0	397	2011
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	55,7	321,1		
Ужин	КАША КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №87	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИГГОНИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9	6,8	136,8	125	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,6	3,5	20,6	88,3	398	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЮДОВ ЦИТОВНИКА №208	180	0,6	0,3	18,1	88,3		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Ужин		470	16,7	15,4	69,5	508,6		
2. Ужин	КЕБАБ №841	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			80,6	76,0	323,1	2 340,0		

WAS 00

Melvin Eugene White

Shirley A. Starnes

ЕЖЕГОДНЕЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕСЯЦЕ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алёко

КОВАЛЕВА А.В.

25170077



Повяз

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белок, г	Жир, г	Углевод, г				
Неделя 3 День 13	Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ (ПШЕНИЧАР) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/20	2,3	3,7	27,4	159,7	2	2011
		Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	457,7		
2 Завтрак	Итого за 2 завтрака	СОК ПЕВЧИЦЫ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
			200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		ДУРРЕЦ СВИДЕЖИ	50	0,4	0,1	0,9	8,5		
		СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛЯМИ НА МРОДОУСТОЙНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №68	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №68	
		ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (ПЕВЧИЦЫ) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
		КАПУСТА ПУЛЕННАЯ №66	130	2,9	4,9	12,5	106,9	338	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №372	180	0,0	0,0	14,6	56,8	378	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		720	21,9	20,1	89,2	638,7			
Подлник	Итого за Подлник	БУЛЬОНКА ВЕЩУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	200	0,7	0,3	20,1	88,1	398	2011
Ужин		250	4,7	3,3	49,7	219,0			
		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРИСОВАЯ)	150	3,9	3,5	39,7	214,1	159	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ДАРЕНЬЕКА, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Ужин		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		450	18,1	19,2	67,7	447,1			
2 Ужин	Итого за 2 ужины	КЕФИР №401	180	3,1	4,4	7,0	82,5	401	2011
		Итого за 2 ужины	180	3,1	4,4	7,0	82,5		
Всего за день:	10860	64,1	48,9	310,3	1 876,4				

Согласовано
 2014. 03. 14
 2014. 03. 14
 2014. 03. 14

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Весна-Лето

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

Утверждаю: 000 Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Применение наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 День 14	Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		Омлет натуральный ТТК №172	150	15,3	18,9	2,9	240,4	ТТК №172	
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №92	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№92	2011
		Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
2 Завтрак	Сок виноградно-апельсиновый №39	200	1,0	0,2	19,6	63,4	386		2011
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	63,4			
Обед	Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	180	2,0	3,2	8,6	78,5	ТТК №28		
	Голубцы капустные ТТК №75	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75		2011
	Компот из свежих плодов №172	180	0,3	0,1	20,9	66,0	372		
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		20	1,5	0,3	9,7	46,0			
		860	20,0	17,4	71,0	533,3			
Полдник	Булочка вафельная №47	50	4,1	3,9	28,9	157,3	407		2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №32	150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	382		2011
Итого за полдник		250	4,2	3,9	38,7	206,7			
Ужин	Икра свекольная или корюшная (корюшная) №54	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54		2011
	Ершавелья в соусе (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	130	4,5	4,4	31,1	188,4	205		2011
	Напиток из плодов шиповника №38	180	0,6	0,3	18,1	88,3	388		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	7,6	82,5	401		2011
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,6	82,5			
Всего за день:									
			68,6	70,3	241,4	1 917,5			

Повар

Согласовано

Заведующий МКФ для 34/5

С.М. Жеромская



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ДОО Алеко

Н.В. Ковалева А.В.



Примечания	Примечание блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 День 16	КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	КОРЕНЬЯ НАРПТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/270	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	20	1,6	0,6	10,3	52,4		
	Итого за завтрак	455	15,2	10,5	90,5	525,6		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	ОБУКТЫ СВЕЖИЕ (БЕЛКО) №388	200	0,6	0,6	18,0	91,2	388	2011
		208	0,8	0,8	19,0	91,2		
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №58	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №58	2011
Обед Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №378	180	0,0	0,0	14,0	55,9	378	
	ХЛЕБ ПЕКИЗЕВИЧКА	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		600	19,4	17,7	53,5	455,6		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	50	4,1	3,0	28,9	197,3	457	2011
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333	200	0,1	0,0	28,4	114,0	383	2011
Ужин Итого за ужин	СВЕДЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	100/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПЕКИЗЕВИЧКА	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		460	18,1	11,4	54,4	400,6		
2 Ужин Итого за 2 ужина Всего за день:	МЕСОЦУР ЛАКОТ	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
			62,8	49,1	282,0	1846,8		
	Позав							

Сотласовано

Заведующий МКЦ № 345



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алеко

И.П. Коняева А.В.



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 17	Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (Рисовая) ТТК №102	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	180	2,7	2,3	14,0	67,5	394
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	305/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
	Итого за завтрак		405	9,8	16,2	57,0	425,4	
2. Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,8	83,4	399
		Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,8	83,4	
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20
		БОРЩ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №210	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №210
		ФРИКАДЕЛЬСКИЕ В СОУСЕ (Пюре) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРИТЬ С МАСЛОМ №235	130	4,9	4,4	31,1	168,4	235
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383
		ХЛЕБ ПЕКАРНИЦА	40	2,8	0,4	17,0	81,6	
		Итого за обед	685	21,2	24,8	93,7	696,6	
Полдник		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,5	37,2	208,5	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЯСНОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	30,4	392
		Итого за полдник	250	3,9	4,5	47,0	247,9	
Ужин		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАРЕНЬЕМ ТТК №151, №477	120/50	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477
		ЧАЙ С МАСЛОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
	Итого за ужин		452	31,7	22,5	63,2	599,3	
2. Ужин		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401
	Итого за 2 ужины		180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:			180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Повар			72,7	72,9	287,5	2 143,1		

Согласовано
 Исполнитель: *Ирина* № 345
Ирина
 2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

А.В. Ковалева Ковалева А.В.

Всего за день:

Всего за день:	80.5	76.1	273.8	2 161.5	
----------------	------	------	-------	---------	--

Повар

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 День 20	КОША ЖИЛИКА (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8.3	4.2	36.7	213.4	ТТК №105	
	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №305	200	3.1	2.4	17.1	103.1	285	2011
	БАТОН	50	3.6	1.5	25.7	131.0		
	Итого за завтрак	430	15.2	8.1	79.5	447.5		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0.8	0.8	19.0	91.2	388	2011
		200	0.8	0.8	19.0	91.2		
Обед	ИМРА КАСАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1.6	4.5	3.5	59.5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КИСЛОТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №128	150	2.0	3.7	8.6	78.5	ТТК №128	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ ТТК №81	70	11.6	15.2	11.0	224.5	ТТК №81	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №225	120	4.9	4.4	31.1	188.4	205	2011
	КОМБИНОВАННОЕ ИЗДЕЛИЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №383	180	0.1	0.0	25.7	102.6	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.0	0.4	17.0	81.5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0		
	Итого за обед	680	24.5	28.4	112.6	816.1		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3.8	4.0	37.2	208.5		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3.0	2.5	15.6	87.3	394	2011
Итого за полдник		200	6.8	7.4	52.8	305.8		
Ужин	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0.6	0.0	1.2	6.8		
	ОБЖАРЕНКА КУКУРУЗЫ С СОУСОМ СЫРАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12.2	13.8	23.6	290.3	ТТК №32, 355	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДОМ №302	190/10	0.1	0.0	9.8	39.4	382	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0		
Итого за ужин		470	15.2	14.0	49.6	407.5		
2 Ужин Итого за 2 ужин	КЕФИР №401	180	5.1	4.4	7.0	52.5	401	2011
		180	5.1	4.4	7.0	52.5		
Всего за день:		180	5.1	4.4	7.0	52.5		
		180	5.1	4.4	7.0	52.5		
Повар		67.6	63.1	319.5	2 160.6			
		67.6	63.1	319.5	2 160.6			

Соттасорано
Информация: МОС пр. n 345
США. С.А. Термаре

УТВЕРЖДАЮ: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Вечна-Мемо

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

Премес пищи	Премес пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Ссылка на рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 19								
Завтрак	ИМРА КАБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОМ №24 БАТОН	50 150 200 30	1,0 15,3 2,6 2,2	4,5 18,9 2,5 0,8	3,9 2,9 15,6 15,4	59,5 249,4 87,3 78,6	ТТК №72 384	2011
Итого за завтрак		430	21,8	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	18,6	83,4	358	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,8	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ СУП С МАКАРОНЫМИ И НАДЕЛИЯМИ НА КУРЯНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 ЛЮТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛУКОВ №375 ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЧНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50 180 150 200 40 50 670	0,4 2,7 14,4 0,0 2,6 3,8 23,9	0,1 2,0 13,6 0,0 0,4 0,3 16,4	0,9 15,2 14,7 15,5 17,0 23,1 88,4	6,5 90,0 241,5 61,9 81,6 118,4 593,9	ТТК №88 ТТК №66 376	2011
Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	593,9		
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ КОСЯТЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	50 200 250	3,8 3,1 6,9	4,9 2,4 7,3	37,2 17,0 54,2	208,5 103,1 311,6	385	2011
Итого за полдник		250	6,9	7,3	54,2	311,6		
Ужин	КОТЛЕТЫ, БАТОНКИ, ШРИМЭЛИ ПШЕНИЧНЫЕ ТТК №61 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №163 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕ, ДРЕКОМ, МЕЛОМ, ПОДУШКОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70 150 180/10 30 450	11,6 8,1 0,1 2,3 22,1	15,2 5,6 0,0 0,2 21,0	11,0 36,8 8,8 15,1 72,8	234,5 234,4 39,4 71,0 579,3	ТТК №61 166 302	2011
Итого за ужин		450	22,1	21,0	72,8	579,3		
2 Ужин	КЕБАБ №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		

139 02460

Subcommittee 1001 One - 345

C. D. McMillan



ЭКСПЕРИМЕНТОМ 20-ти ДНЕВНОМ МЕТОД

Весна-Лето

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

Утберклар: 000 Анко

Ковалева А.В.



Бюджет на проект:

Короб

20,51

75.1

279

2151,5

1000

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Оборудование		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак Человек 4 День 20	КАША ЖИЛИЖА ПШЕНИЧНАЯ ТТК №105	180	8,3	4,2	36,7	213,4	ТТК №105	2011		
	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №305	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395			
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0				
	Итого за завтрак	430	15,2	8,1	78,5	447,5				
2 Завтрак	ОБУХТЫ СРЕБНЕ (БЕЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,7	368	2011		
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	КОША КАСАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ ВУЛЬОНЕ ТТК №28	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28			
	КОТЛЕТЫ, БИОЧЕКА, ШПИЖЕИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61			
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №225	132	4,9	4,4	31,1	188,4	205			
	КОФЕ, ИЗ ПОПИЛЛА, ДЖЕНА, ВАФЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6				
	Итого за обед	32	2,3	0,2	71,0	15,1				
		680	24,5	28,4	112,6	818,1				
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5			2011
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №34	200	3,0	2,5	15,6	97,3		394	
Итого за полдник		250	6,8	7,4	52,8	305,8				
Ужин	ПОМАДОРЫ СОПЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		2011		
	ФРИКАДЕЛЬКА ВКУШАНИКА С ОВОЩНОМ СЛАГАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,0	290,3	ТТК №42, 385			
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАФЕНЬЯ, ДЖЕНА, МЕЛОМ, ПОПИЛОМ №302	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	382			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0				
	Итого за ужин	470	15,2	14,0	49,6	407,5				
2 Ужин	КЕБАБ МЯСЫ	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011		
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5				
Итого за день			67,6	63,1	319,5	2 160,8				