



Согласовываю  
 Заведующий МОУ  
 Заведующий МОУ

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

### для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено «Виво Маркет»  
 ИНН 3461061226, КПП 346101004  
**КОПИЯ ВЕРНА**  
 Директор  
 Иванова М.Д.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	131,6	ТТК №107/1	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	76,2	394	
	БАТОН	40	3	1,2	104,6		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7		2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>		
<b>Обед</b>	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3		ТТК №86
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МБ ТТК №86	150	2,3	1,9	12,1	74,2	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	<b>Итого за обед</b>		<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>531,9</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>	КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>3,9</b>	<b>28,9</b>	<b>167,3</b>	<b>467</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>415</b>	<b>13,7</b>	<b>15,3</b>	<b>456,7</b>	<b>1 376,3</b>	

Повар

Утверждаю  
 Директор  
**КОТЯ ВЕРНА**  
 ИП № 1061226, КПП 345101001

Имя: **ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 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 1</b>								
<b>День 2</b>								
<b>Завтрак</b>	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>15,8</b>	<b>13,3</b>	<b>36,2</b>	<b>374,2</b>		
<b>2. Завтрак</b>								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>		
<b>Обед</b>								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ГОЛУШЦЫ ЛЕНЧИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №883	150	0,1	0	21,1	64,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>13,1</b>	<b>14,5</b>	<b>66</b>	<b>455,7</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/№350	130/80	12	13,9	35,1	285,5	ТТК №157, 350	2011
	БАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>400</b>	<b>17,8</b>	<b>17,1</b>	<b>64,7</b>	<b>458,3</b>		
	<b>Всего за день:</b>		<b>47,5</b>	<b>46,7</b>	<b>185,9</b>	<b>1377,4</b>		

Повар \_\_\_\_\_





**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 3</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	160/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>405</b>	<b>13,2</b>	<b>9</b>	<b>47,2</b>	<b>323,4</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №29	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №29	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,6	ТТК № 79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	ХЛЕБ РУЖАНОМ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		<b>540</b>	<b>14,6</b>	<b>12,1</b>	<b>59,1</b>	<b>427,2</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	197,96	ТТК №61, №354	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>440</b>	<b>15,3</b>	<b>17,8</b>	<b>82,6</b>	<b>547,76</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>44</b>	<b>39,1</b>	<b>205,6</b>	<b>1373,46</b>		

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю



КОПИЯ ВЕРНА

Имя

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима - Осень

### для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Согласовываю

Заведующий МОУ Центр развития ребенка № 6  
МОУ  
Заведующий МОУ Детский сад № 6  
Заведующий МОУ Детский сад № 6

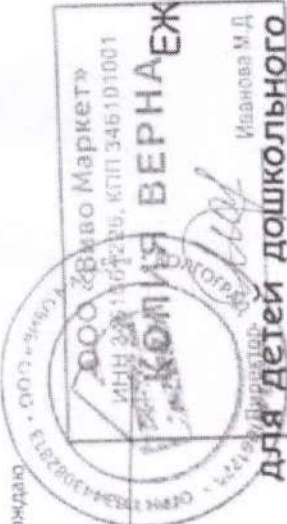
Прием пищи	Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 4</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧЕВОВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	12	9,4	49,4	331,4		
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	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ ТТК №7	130	15,4	14,5	13,5	249,0	ТТК №7	
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед		510	20,43	19,4	50,42	467,7	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №151/№351	130/40	16	12	28,3	357,1	ТТК №151/351	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	
Итого за углеотенный полдник		400	25,1	19,4	64,9	610,5		
Всего за день:			58,33	49	163,72	1500,8		

Повар



Утверждаю

Согласовываю



ООО «Ваво Маркет»  
ИНН 34/010001, КПП 34/010001

КОПИЯ ВЕРНА

Иванова М.Д.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима - Осень

## для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Принем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
		КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	367,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
		130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №87	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		570	17,8	20,5	100,4	517,5		
Уплотнитель	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36,7		2011
		50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77	
		120	2,4	3,8	14,6	106,9	151	
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	308	
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотнитель		410	10,7	12,6	54,4	365,9		
Всего за день			40,5	43,4	234,7	1445,7		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий  
Заведующий МОУ  
МОУ

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

### Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83
	МОЛОКО КИРПИЧНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
Итого за завтрак		355	15,4	10,1	59,5	390,3	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	СУП С КЛЕЦКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	150/15/10	1,8	3,8	9,2	81,3	ТТК №201
	ГОЛУБЦЫ ЛЕГКИЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376
	ХЛЕБ РЖАНОС	50	3,3	0,4	21,2	102	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4	
Итого за обед		595	16,3	14,9	76,7	517,8	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 350
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	150/7/3,5	0,1	0	7	29	383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5	2,8	52,7	256,4	458
Итого за уплотненный полдник		425	17	21,2	113,6	677	
Всего за день:			49,5	47	268,8	1676,3	

Повар \_\_\_\_\_





Согласовываю

Заведующий МОУ Центр ребенка № 6

МОУ

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ 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>День 7</b>								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>10,5</b>	<b>9,3</b>	<b>31,7</b>	<b>288,3</b>		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>								
Итого за обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>19,8</b>	<b>11,8</b>	<b>71,7</b>	<b>482,4</b>		
<b>Удлотненный полдник</b>								
Итого за удлотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73	50	6,2	8,9	1,3	44,8	ТТК №73	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №371	110	2,3	3,3	15,5	104,9	321	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
<b>Итого за удлотненный полдник</b>		<b>400</b>	<b>16,17</b>	<b>16,64</b>	<b>60,74</b>	<b>396,67</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>47,37</b>	<b>37,94</b>		<b>1262,47</b>		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий МОУ Центр развития здоровья детей  
МОУ

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

### Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (перулована) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	397		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	66,6	213		
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365</b>	<b>16,5</b>	<b>12,7</b>	<b>46,3</b>	<b>364,9</b>			
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>			
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011	
	ШИШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,9	4,6	5,7	76,8	ТТК №47		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7		
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
	<b>Итого за обед</b>		<b>587</b>	<b>23,6</b>	<b>21,7</b>	<b>55,2</b>	<b>519,7</b>		
<b>Уплотнительный полдник</b>	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205		
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
<b>Итого за уплотнительный полдник</b>		<b>400</b>	<b>13,5</b>	<b>12,5</b>	<b>74,2</b>	<b>467,2</b>			
<b>Всего за день:</b>			<b>54,4</b>	<b>47,8</b>	<b>194,7</b>	<b>1443</b>			

Повар



Утверждено



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Неделя 2	КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №108	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
День 9	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №100	150	4,3	3,7	7	78,6	400	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		355	16,3	10,2	61,8	492,4		
<b>2 Завтрак</b>								
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		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 СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №68	
	РИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	527,7		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКОМ) ТТК №151/№351	130/50	18,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 351	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №407	50	4,1	3,9	38,9	167,3	407	2011
Итого за уплотненный полдник		410	25,4	20,6	65,4	525,4		
Всего за день			56,1	50,5	207,2	1630,6		
<b>Повар</b>								

утверждаю



Иванова М.Д.

Согласовываю



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

## Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Принимание пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>15,5</b>	<b>15,3</b>	<b>66,9</b>	<b>450,1</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	6,9	28,7	208,5	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>15,6</b>	<b>73,7</b>	<b>487,56</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>46,5</b>	<b>45,7</b>	<b>188,9</b>	<b>1409,76</b>			

Повар \_\_\_\_\_





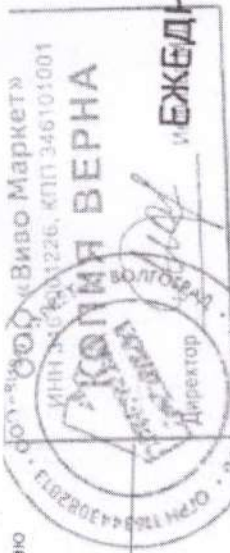
## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима - Осень

### 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 3</b>								
<b>День 11</b>								
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	Сыр (порционный) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
<b>Итого за завтрак</b>		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		520	20,1	10,3	89,2	515,7		
<b>Уплотненный полдник</b>	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	107,3	467	2011
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		487	15	18	79,7	518,5		
<b>Всего за день:</b>			46,3	37,6	225,7	1433,1		

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю



Согласовываю

Заведующий МОУ «Центр развития ребенка № 6»

МОУ

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

### Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,5	213	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>365</b>	<b>17,4</b>	<b>12,7</b>	<b>44,4</b>	<b>362,6</b>		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШПИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	<b>Итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>15,2</b>	<b>21,5</b>	<b>79,2</b>	<b>584,96</b>		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156/№351	130/40	12,8	15,4	35,4	374,6	ТТК №156, 351	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>410</b>	<b>22,5</b>	<b>22</b>	<b>77,4</b>	<b>645,2</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>55,8</b>	<b>56,7</b>	<b>232,9</b>	<b>1709,76</b>			

Повар



Утверждено



Согласовываю



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
Зима - Осень

**Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Примечание	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 3</b>									
<b>День 13</b>									
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	160	2,8	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
<b>Итого за завтрак</b>			<b>13,8</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>			
<b>2 Завтрак</b>									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399			180	0,9	0,2	17,7	399	2011	
<b>Итого за 2 завтрак</b>			<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>			
<b>Обед</b>									
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ			30	0,2	0	0,5	3,9		
СУП С МАКАРОНИМИ И КОФЕЛИНИМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88			150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65			50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336			120	2,7	4,5	11,5	58,6	336	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376			150	0	0	11,8	46,5	376	
ХЛЕБ РЖАНОЙ			40	2,8	0,4	17	81,8		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>			<b>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>									
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74			50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151			120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392			180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			20	1,5	0,1	9,7	46		
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478			50	3,5	5,3	26,8	159,1	478	
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>430</b>	<b>14</b>	<b>17,4</b>	<b>63,3</b>	<b>437,5</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>44,4</b>	<b>39,7</b>	<b>223</b>	<b>1396,4</b>			

Повар

утверждаю: КОПИЯ ВЕРНА

Иванова М.Д.



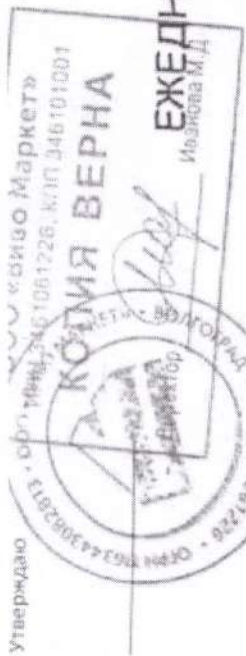
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3 День 14</b>							
<b>Завтрак</b>	ИМБИР КАРБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	3,2	2,7	13,12	50,35	397	2011
	БАТОН	3	1,2	20,6	104,8		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>14,9</b>	<b>15</b>	<b>42,52</b>	<b>411,15</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б ТТК №28	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,3	0,2	6,5	40,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		<b>22,5</b>	<b>20,1</b>	<b>59,7</b>	<b>516,9</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК № 32/№350	6,9	10,6	17,1	213,5	ТТК № 32, 350	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИГОВНИКА №398	0,6	0,3	16,1	60,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,3	0,2	15,1	71		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>15,8</b>	<b>15</b>	<b>78,7</b>	<b>538</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>54,1</b>	<b>50,3</b>	<b>198,62</b>	<b>1541,15</b>		

Повар \_\_\_\_\_





Согласовываю



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 Зима-Осень

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3</b>								
<b>День 15</b>								
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,6	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИОНЫ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>8,7</b>	<b>47</b>	<b>313,4</b>		
<b>2 Завтрак</b>								
<b>Итого за 2 завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЕСЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
<b>Обед</b>								
<b>Итого за обед</b>	ИМРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С КРУПНОЙ НА КБ ТТК №44	150	1,6	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №363	150	0,1	0	21,1	84,6	363	
	ХЛЕБ РКАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>		<b>500</b>	<b>16,2</b>	<b>20,7</b>	<b>88,5</b>	<b>564,8</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) №344	110	2	4,3	10,9	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛУННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>427</b>	<b>13,5</b>	<b>18,2</b>	<b>72,7</b>	<b>500,86</b>		
<b>Всего за день.</b>			<b>41,8</b>	<b>48,4</b>	<b>227,2</b>	<b>1476,26</b>		

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю: 05.09.11, 11:42, 1061226, КПП 346101001

**КОПИЯ ВЕРНА**



Иван

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима - Осень**

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**



Согласовываю

Заведующий Центром питания и безопасности

МОУ

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима - Осень**

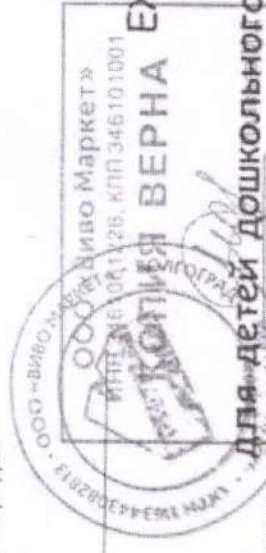
**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Принем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г			
<b>Неделя 4</b>							
<b>День 16</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЯЧМЯНАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>395</b>	<b>14,6</b>	<b>10,2</b>	<b>88,5</b>	<b>507,9</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>2011</b>
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,8	46,5	376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8	
	<b>Итого за обед</b>	<b>500</b>	<b>12,1</b>	<b>16,2</b>	<b>41,6</b>	<b>344,5</b>	
<b>Уплотнительный полдник</b>	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
<b>Итого за уплотнительный полдник</b>	<b>50</b>	<b>4,1</b>	<b>3,9</b>	<b>28,9</b>	<b>167,3</b>	<b>467</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>420</b>	<b>14,5</b>	<b>15,5</b>	<b>66,4</b>	<b>431,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>42</b>	<b>42,7</b>	<b>215,5</b>	<b>1375,3</b>		

Повар \_\_\_\_\_



утверждаю



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**

**Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 4</b>								
<b>День 17</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Сыр (ПОРЦЕЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9,5</b>	<b>11,1</b>	<b>58</b>	<b>375,3</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	53,6	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	25,3	166,1	205	
	МИСЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
<b>Итого за обед</b>		<b>545</b>	<b>15,4</b>	<b>19,3</b>	<b>79,4</b>	<b>529</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/350	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 350	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>400</b>	<b>24,4</b>	<b>18,8</b>	<b>55</b>	<b>563,1</b>		
<b>Всего за день</b>			<b>50,2</b>	<b>49,4</b>	<b>210,1</b>	<b>1942,5</b>		

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_  
 КОПИЯ ВЕРНА



Согласовываю \_\_\_\_\_

МОУ Центр развития питания  
 дошкольного образования  
 № 6 Дзержинского района Волгограда

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	160	3,2	2,7	13,12	90,35	397	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	12,6	8,5	57,12	354,36		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №368	200	3,0	1,0	42,0	192,0	368	2011
	Итого за 2 завтрак	200	3,0	1,0	42,0	192,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №6 ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	Итого за обед	520	23,1	19,4	64,3	530,3		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	
	НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		2011
	Итого за полдник	415	16,3	16,6	87	566,2		
Всего за день:		85	45,5	250,42	1642,85			

Повар \_\_\_\_\_



утверждаю



Согласовываю

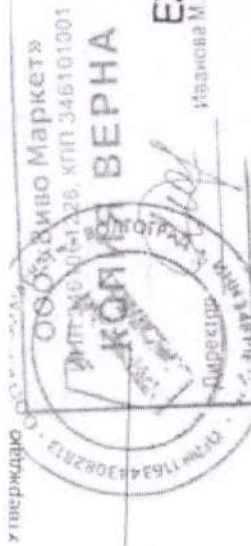
Заведующий МОУ ЦСР «Развития» № 6  
Д. В. Давыдова

МОУ «Образовательный центр «Развитие» № 6»  
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

Для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	
	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	79,6	400	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>375</b>	<b>18,4</b>	<b>13,4</b>	<b>37,5</b>	<b>338,4</b>		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,6	3,9		
	СУП С КРУПЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕЧЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/№350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
<b>Итого за обед</b>	<b>590</b>	<b>17,1</b>	<b>11,8</b>	<b>78,3</b>	<b>503,6</b>			
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№350	130/40	12,9	10	33,9	374,5	ТТК №156, 350	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>400</b>	<b>21,8</b>	<b>21,9</b>	<b>66,6</b>	<b>598</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>56,2</b>	<b>47,3</b>	<b>200,1</b>	<b>1515,1</b>			

Повер



**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**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	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры		
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395		
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>13,6</b>	<b>8,1</b>	<b>61,9</b>	<b>373,7</b>			
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №389	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>			
<b>Обед</b>	ИГРА КАБАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,8	2,7	2,3	35,7		2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЬЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344		
	КРЕСЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>15</b>	<b>19,1</b>	<b>85,9</b>	<b>566,36</b>			
<b>Уплотнительный полдник</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5		2011	
	СЫЧЕНИКИ ТРЕУГОЛЬНИК С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №59/№354	100/30	7,15	11,5	19,4	232,6	ТТК №59, 354		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
<b>Итого за уплотнительный полдник</b>	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4			
	<b>Итого за день:</b>	<b>400</b>	<b>10,65</b>	<b>13,6</b>	<b>55,6</b>	<b>412,4</b>			
<b>Повар</b>			<b>40,05</b>	<b>222,4</b>		<b>1443,66</b>			