



09.11.2011 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

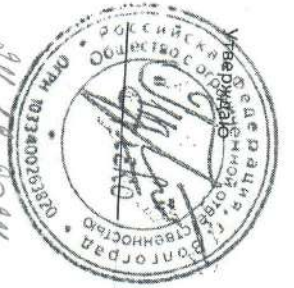
Зима-Осень

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			
Завтрак Неделя 3 Вариант 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	КОВЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №335	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ГОРЦИМЕН) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	46,8	307,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,9	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		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	МАКРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	
	ХЛЕБ РУКАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	20,1	10,3	80,2	515,7		
Уплотненный полдник	ИЖРА 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		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		487	15	18	79,7	518,5		
Всего за день:			46,3	37,6	225,7	1433,1		

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий
МОУ *С.В. Шенников* *05.10.2011 г.*
Представитель Г.М.

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

Прием пищи	Надлежа 3	Вариант 12	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак			КАША ЖИДКАЯ (манна) 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		2011
			ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213		
Итого за завтрак				20	1,5	0,6	10,3	52,4		2011	
2 Завтрак			ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МАКОМ №398	385	17,4	12,7	44,4	362,6			
Итого за 2 завтрака				110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011	
Обед			САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	110	0,7	0,5	31,9	137,0		2011	
			ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33		2011
			КОТЛЕТЫ, БИГОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	150/10	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47		
			КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		2011
			КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	110	5,7	6,4	28,3	191,4	166		
Итого за обед				150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
Итого за обед				20	1,3	0,2	8,5	40,8		2011	
Итого за обед				520	15,2	21,5	79,2	584,96			
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			
Итого за Уплотненный полдник				20	1,5	2	14,9	83,4		2011	
Итого за полдник				410	22,5	22	77,4	645,2			
Всего за день:					55,8	56,7	232,9	1709,76			
Пловар											



25.10.2011

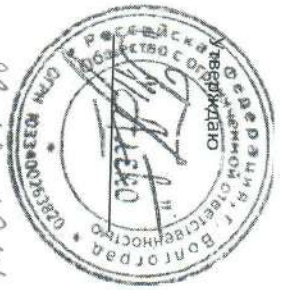
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий *Средняя ТД*
МОУ *детский сад №31*
СВ. С. Воронин

Прием пищи	Надлежа 3	Вариант 13	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак			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		
Итого за завтрак				360	13,6	7,4	63,8	387,4		
Итого за 2 завтрака				720	27,2	14,8	127,6	774,8		
Обед			ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
			СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		
Итого за обед			ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	2011
			КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
			КОМОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	1,7	81,6		
Итого за обед				20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед				590	15,9	14,7	78,2	496,4		
Уплотненный полдник			СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011
			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		
Итого за Уплотненный полдник				50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник				430	14	17,4	63,3	437,5		
Всего за день:				44,4	39,7	223	1396,4			

Пловар



26.12.2011г.

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

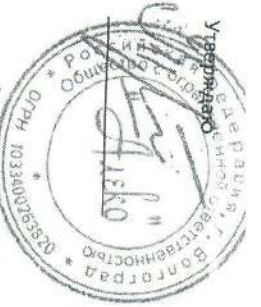
Зима-Осень

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад № 31
29.01.2012г.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ИКРА КАБЧАКОВАЯ 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 САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		390	11,8	12,3	39,2	350,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ 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		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный подник	ФРИКАДЕЛКИ 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	26,3	166,1	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	86,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный подник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1 484,5		

Повар



99.11.2011 г. **Дня детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий *Г. Г. Гривина*
МОУ *детский сад №31*
09.11.2011 г.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		350	10,1	7,2	47,0	313,4	7	2011
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрака		550	10,9	8,0	66,0	404,6		
Обед	КАРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С КРУТОЙ НА КИС ТТК №44	150	1,8	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 №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		500	15,5	20,7	88,5	564,8		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за День:		427	13,5	18,2	72,7	500,86		
Повар		41,8	48,4	227,2	1470,26			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий *С. В. Давыдова*
МОУ *детский сад № 11*
09.09.2014 г.

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводч., г				
Завтрак	Неделя 3 Вариант 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	369	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		СУП С КРУПКОЙ НА КУС	180	2,2	1,9	12,9	79,0	ТТК №44	
		ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
		ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2			
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
Всего за день:		497	20,4	26,6	77,8	650,9			
Повар			71,9	76,9	247,8	1 998,9			