



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

ЕЖЕДУВЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Согласовываю
Заведующий
Редзишча Т.М.
МОУ *д/ш № 21* *сод. 23*

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 КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107/1	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	312,6		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	20	1,3	0,2	8,5	40,8	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	60,1	531,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	2011
	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		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:		415	13,7	15,3	69,9	456,7		
Повар			47,5	44,8	193,1	1 376,3		



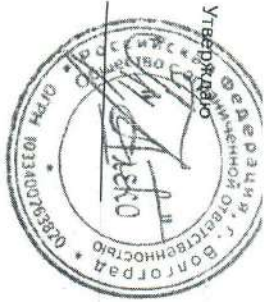
**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень**

Согласовываю
Заведующий *Г.М. Федюшина*
МОУ *детский сад № 21*

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

Прием пищи	Неделя 1 Вариант 3	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	
Итого за завтрак		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	213	2011
Итого за завтрак			405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака			180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №28	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №79	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2011	
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
			540	14,6	12,1	59,1	427,2		
Уплотненный полдник		ПЮРЕ 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	187,98	ТТК №61, №354	2011
		КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
			440	15,3	17,8	82,6	547,76		
Всего за день:				44	39,1	205,6	1373,48		

Повар _____



РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Согласовываю
 Заведующий
 МОУ *детский сад № 31*
Резишва Т.М.

Прием пищи	Неделя 1	Вариант 4	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
					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	
			ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
			БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак				5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак				365	9,5	7,1	45,2	284,2		
2. Завтрак			СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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		
			СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
			ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
			МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
			КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед				560	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотненный полдник			КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	ТТК №62	
			ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
			ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник				50	4	3	29,6	160,9	473	2011
Всего за день:				400	12,5	14,3	63,1	414,8		
					39	36	210,1	1295,7		

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КИС ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87/1	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	38,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	520	17,9	20,5	100,4	617,5		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	50	4,9	5,7	4,8	64,1		
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
Итого за Уплотненный поддник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	82,3	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за день:		410	10,7	12,6	54,4	385,9		
Повар		40,5		43,4	234,7	1445,7		



Согласовываю
 Заведующий *Резнище Т.И.*
 МОУ *«Средняя школа № 3»*
РЕЖИМ ДНЕВНОГО ПИТАНИЯ
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования
Зима-Осень
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Прием пищи	Неделя 2 Вариант 6	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	28,8	163	ТТК №83	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
Итого за завтрак			5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	368	11,2	6,4	59,5	340,7		2011
Итого за 2 завтрака			200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2		2011
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		
		ГОЛЫШЬ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
		КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
		ХЛЕБ РУКАНОЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	
Итого за обед			45	3,3	0,4	21,2	102		2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4		
Итого за обед			560	16,7	13	78,6	507,2		
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	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
Итого за Уплотненный полдник			50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Всего за день:			400	16	22,3	89,5	586,6		
Повар			44,7	42,5	246,6	1525,7			



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий *Федина ТМ*
МУП *детский сад №31*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводч., г			
Завтрак	Неделя 2							
	Вариант 7							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДУЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 БАТОН	130 180/10 30	8,1 0,1 2,3	8,4 0 0,9	6,5 9,8 15,4	180,3 39,4 78,6	ТТК №72 392	2011
Итого за завтрак	350	10,5	9,3	31,7	298,3			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ	150 35	0,1 2,3	0,1 0,3	17,4 14,8	71,8 71,4	372	2011
Итого за обед	530	19,8	11,8	71,7	492,4			
Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЛЕТЕ ТТК №73	50	6,2	8,9	1,3	44,8	ТТК №73	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	110 180	2,3 2,7	3,3 2,3	15,6 14,0	104,9 87,6	321 394	2011
Итого за Уплотненный полдник		80	4,5	1,74	30,84	157,2		
Всего за день:		400	16,17	16,64	60,74	396,67		
Повар			47,37	37,94	181,84	1262,47		



РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Прием пищи	Надлежа 2 Вариант 8	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		
		КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	397	2011	
		СЛИВА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	66,6	213	2011	
Итого за завтрак			20	1,5	0,6	10,3	52,4			
Итого за завтрак			365	16,5	12,7	46,3	364,9			
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		СУПЦА СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
		ЩИ ИЗ ОВЕЖИИ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС 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	2011	
		ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Итого за обед			587	23,6	21,7	55,2	519,7		
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65		
		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	88,3	398	2011	
Итого за Уплотненный полдник			30	2,3	0,2	15,1	71			
Итого за день:			400	13,5	12,6	74,2	487,2			
Всего за день:				54,4	47,8	194,7	1443			

Повар



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



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

Прием пищи Неделя 2 Вариант 9	Прием 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	
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	355	16,3	10,2	61,8	402,4		2011	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №69	150/10	1,5	5	7,5	90	ТТК №28	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130/5	8,9	12,2	14,2	241,8	ТТК №69	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
Итого за обед		40	2,6	0,4	17	81,6		2011	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 351	2011	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011	
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		410	25,4	20,6	65,4	625,4		2011	
Всего за день:			56,1	50,5	207,2	1630,6			
Повар									



**РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ ЖЕЛДЮ
Зима-Осень**

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

Согласовываю
Заведующий *Редущица Т.И.*
МОУ детского сада № 3

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 2 Вариант 10	ИЖРА КАВАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	6,1	8,4	6,5	190,3	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		
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУС ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №65	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №65	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0	0,4	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		540	15,5	15,3	65,9	450,1		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №165	120	6,3	6,9	28,7	208,5	165	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		2011
Итого за день:		400	15,8	15,6	73,7	487,56		
Всего за день:			46,5	45,7	198,9	1409,76		

Повар _____



ФЕДЕРАЛЬНОЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛСКОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Зима-Осень

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

Согласовываю

Заведующий

Розалина ТМ

МОУ *детский сад № 21*

Прием пищи Неделя 3 Вариант 11	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводч., г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (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 (ПОРЦИЙМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
Итого за завтрак	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
		350	10,4	8,5	45,8	307,7			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	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		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64		
	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			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		520	20,1	10,3	80,2	515,7			
Уплотненный полдник	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 ЛИМОННОМ №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	167,3	467	2011	
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	79,7	518,5			
Всего за день:			46,3	37,6	225,7	1433,1			

Повар _____



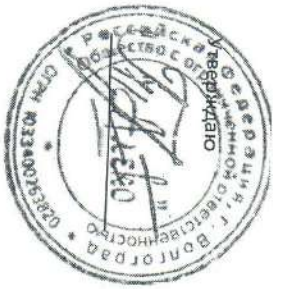
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий *Редина Т.Л.*
МОУ детского сада №31

Прием пищи Неделя 3 Вариант 13	Прием 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	150	2,8	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		350	13,6	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 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 №396	120	2,7	4,5	11,5	98,6	396	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
		590	15,9	14,7	78,2	495,4			
Уплотненный полдник	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	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	6,3	26,8	159,1	478	2011	
		430	14	17,4	63,3	437,5			
Всего за день:			44,4	39,7	223	1396,4			

Поваар



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

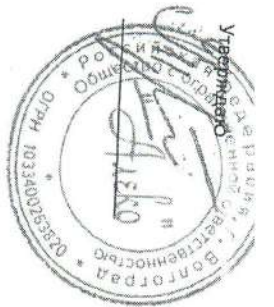
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад № 31
Резишвили Т.М.

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 14	ЖЕЛТКАВАЯ 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	
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
		390	11,8	12,3	39,2	360,2			
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	180	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 полдник	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №80	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №80		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	165,1	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			
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		450	19,4	18,6	104	646,9			
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1484,5			

Повар _____



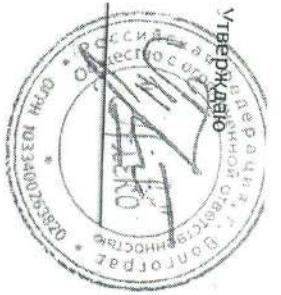
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Согласовано
Заведующий *Г. Ф. Фурсина*
МУ *детский сад № 81*

Прием пищи	Надлежа 3 Вариант 15	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ПЕЧЕНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
		КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4	
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		Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		СУП С КРУТОЙ НА КИС ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
		ПЛОМБИ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	35,5	291,9	ТТК №67	2011
		ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед			500	16,2	20,7	88,5	46		
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	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		ЕУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
			427	13,5	18,2	72,7	500,86		
Всего за день:				41,8	48,4	227,2	1470,26		

Повар



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий / *Федосина Г.М.*
МОУ *детский сад № 3*

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		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 (ЯБЛОКО)	430	13,7	11,4	52,8	369,6		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ							
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БЛЮЧКА ОСЕННЯЯ	50	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		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

Зима-Осень

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



Прием пищи	Неделя 4 Вариант 16	Привеи 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	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак			40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак			395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрака			200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КИС ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
		ТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед			500	12,1	16,2	41,6	344,5		
Уплотненный полдник		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	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник			50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за день:			420	14,5	15,5	66,4	431,7		
Повар				42	42,7	215,5	1375,3		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каши вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011	
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394		
		45	3,4	1,3	23,1	117,9			
		5	1,2	1,5	0	17,7	7		
		350	9,5	11,1	58	375,3			
Итого за завтрак									
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		150/5	1,2	3	5,4	53,6	ТТК №200		
		50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60		
		110	4,1	4,4	25,3	166,1	205		
		150	0,1	0	21,1	84,8	383		
		20	1,3	0,2	8,5	40,8			
Итого за обед		545	15,4	19,3	79,4				
Уплотненный полдник	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		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55				
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1542,5			

Повар _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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			
Неделя 4 Вариант 18	КАША ЖАЛДКЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4		
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	380	9,5	5,8	53,8	303,4		
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Итого за обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КИС ТТК №87	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	500	16,3	20,5	86,3	555,8		
Итого за Уплотненный полдник	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	110	4,1	4,4	28,3	166,1	205	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за обед:		432	14,3	14,4	78,9	494,3		
Всего за день:			41,8	41,7	255,7	1 519,8		

Повар

Согласовываю
Заведующий
МОУ *Григорьевский СОШ № 21*
Резникова Г.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Согласовываю
Заведующий
МОУ *детский сад № 23*
Редченко Т.М.

Прием пищи	Надлежа 4 Вариант 19	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85	
		МОЛОКО КИРСИЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	Итого за завтрак		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	375	16,4	13,4	37,5	338,4		
	Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		СУП С КРУТОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №44	
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
		С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79, №350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011
		КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	Итого за обед		40	2,6	0,4	17	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
			590	17,1	11,8	78,3	503,6		
Уплотненный полдник		ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156, №350	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №156, 350	2011
		КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	Итого за Уплотненный полдник		50	3,8	1,5	25,7	131		
	Итого за день:		400	21,8	21,9	66,6	698		
				56,2	47,3	200,1	1515,1		
		Повар							

