

Забегляване и Първоначална ТМ
Моя работа с ТМ

Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

12 05 2025

Повар _____

Согласовано

Заведующий отделением Т.И. Ковалева
11.09.2025

Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.


20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

13052225

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 12							
ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150/5	2,2	3,8	25,3	144,5	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	№1 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1	1
Итого за прием пищи:		352	4,7	11,3	47,5	309,7	
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2	368
Итого за прием пищи:		160	0,6	0,6	15,7	75,2	
ОБЕД	№10 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7	10
	№67 Суп из свежей капусты с картофелем	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5	67
	№278 БЕФСТЕДИНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (70/70)	140	21,5	20,1	4,1	290,4	278
	№321 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	2,6	4,6	21,7	139,5	321
	№321 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	№321 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	40	2,6	0,4	16,0	76,0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ					662,9	
Итого за прием пищи:		665	29,3	29,6	67,6	662,9	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№212 ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130/5	9,8	9,6	26,6	238,3	212
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4	401
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
Итого за прием пищи:		335	16,5	14,7	44,0	383,7	
Бего за день:			51,1	56,2	174,8	1 431,5	

Повар _____

Согласовано

Заведующий / Протокол
Мед. документы



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

14052015

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 13							
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	№7 СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3	7
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
		332	7,5	7,4	40,5	257,5	
Итого за прием пищи:							
2 ЗАВТРАК	№399 СОКИ ОБОЩИЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9	399
		150	0,8	0,2	14,7	66,9	
Итого за прием пищи:							
ОБЕД	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленные)	40	0,3	0,0	1,0	5,4	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,8	1,8	12,2	71,3	82
	№288 ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	10,5	10,9	5,5	162,5	288
	СУПОВ СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	70	1,1	3,4	4,0	61,2	358
	№336 КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	3,5	5,8	10,4	108,5	336
	№378 КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9	378
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0	
		650	20,2	22,1	71,4	573,8	
Итого за прием пищи:							
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№291 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (мясо)	140	9,5	10,4	23,5	227,1	291
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	1,5	8,8	18,8	154,2	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	547	12,1	19,8	59,3	459,4	
Итого за прием пищи:							
Всего за день:							
			40,6	49,5	185,9	1 357,6	

Повар _____

Согласовано

Заведующий отделом питания
Мед. сестра



Утверждает: ООО Алеко
Ковалева А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

15.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 14 ЗАВТРАК	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	140/5	3,6	5,2	19,3	139,3	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, БАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
		322	5,2	5,8	36,3	217,4	
Итого за прием пищи:							
2 ЗАВТРАК	№399 СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9	399
		150	0,0	0,0	16,8	66,9	
Итого за прием пищи:							
ОБЕД	№10 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7	10
	№67 суп из СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5	67
	№276 ЖАРКОЕ ПОДОМАНИЧНОМУ	160	21,3	20,3	18,8	343,5	276
	№372 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0	
		563	28,0	25,3	70,6	623,9	
	Итого за прием пищи:						
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№230 ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7	230
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	20	0,0	0,0	3,3	13,5	362
	КЕФИР	160	5,2	4,5	7,2	95,4	401
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
		320	23,4	18,9	51,6	484,0	
Итого за прием пищи:							
Всего за день:			56,6	50,0	175,6	1 392,2	

Повар _____

Salix purpurea L. 9/11/1911
1104 Alameda Co. # 3

Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

AG 05 JNN

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 15							
ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3	168
	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	№3 БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5	3
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9	
2 ЗАВТРАК	№399 СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9	399
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	14,7	66,9	
ОБЕД	№300 ПОСЫНУ (салат с сельдереем)	40	0,3	0,0	1,0	5,4	
	№301 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ДРУМИ	150	1,3	1,7	10,2	61,2	80
	№328 СЕЛЕРДЖЕВЫЕ КОМБИНЕ (с майонезом)	70	9,4	10,8	8,1	187,8	286
	№344 СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8	354
	№346 КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	5,6	10,4	108,5	336
	№376 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,4	0,0	21,5	88,9	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0	
Итого за прием пищи:		660	19,2	19,4	78,3	570,0	
УЖИНЫ	№256 ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	100	13,3	12,3	11,3	209,7	298
ПОСЛЕУЖИНЫ	№392 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1	392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	
	№470 БУЛОЧКА ДРОЖЖЕВАЯ	50	3,5	7,2	27,9	190,2	470
Итого за прием пищи:		427	19,2	19,7	61,3	499,0	
Всего за день:			48,1	50,7	197,0	1 444,8	

Повар _____