

Согласовано



Утверждает: ООБ Алеко



Ковалева А.В.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 1<br>День 1 |                                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107              | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6                         | ТТК №107     |                  |
|                    | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                       | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                    | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1                                 | 30/10        | 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20                     | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20           | 2011             |
|                    | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88      |                  |
|                    | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675                          | 150          | 17,8             | 16,7    | 15,6        | 287,3                         | ТТК №675     |                  |
|                    | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                        | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                      | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                        | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед      |                                                       | 630          | 26,1             | 21,7    | 79,5        | 624,4                         |              |                  |
|                    |                                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Полдник            | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
|                    | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
| Итого за Полдник   |                                                       | 250          | 4,2              | 3,9     | 57,3        | 281,3                         |              |                  |
|                    |                                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Ужин               | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                   | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                    | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321          | 2011             |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                        | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                                       | 480          | 16,9             | 16,6    | 64,4        | 487,5                         |              |                  |
|                    |                                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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:     |                                                       |              | 63,0             | 61,2    | 273,6       | 1 943,8                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

зав. МОУ дошкольного сада № 241  
Аленичева М.И.



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>День 2 |                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104                            | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7                         | ТТК №104     |                  |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392          | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                    | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                                              | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
| Итого за завтрак   | БАТОН                                                          | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5                          |              |                  |
|                    |                                                                | 400          | 12,1             | 9,2     | 51,2        | 337,0                         |              |                  |
| 2 Завтрак          | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                              | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                    | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак |                                                                | 400          | 1,8              | 1,0     | 38,6        | 174,6                         |              |                  |
| Обед               | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33                                            | 60           | 0,8              | 3,5     | 4,9         | 54,6                          | 33           | 2011             |
|                    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                    | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                          | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                   | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед      |                                                                | 620          | 38,0             | 39,1    | 86,6        | 857,2                         |              |                  |
| Полдник            | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                                          | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                    | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                         | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
| Итого за Полдник   |                                                                | 250          | 4,1              | 3,0     | 58,0        | 274,9                         |              |                  |
| Ужин               | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                  | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                    | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                          | 150          | 2,9              | 4,1     | 23,8        | 148,3                         | 125          | 2011             |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                             | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                 | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                                                | 457          | 18,0             | 10,9    | 57,0        | 407,3                         |              |                  |
| 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:     |                                                                |              | 79,1             | 67,6    | 298,4       | 2 143,5                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

зав. МБУЗ «ЗД» 241  
Аленичева И.И.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>День 3 |                                                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83                                             | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83      |                  |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                    | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                    | БАТОН                                                                    | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                    | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №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               | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                            | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                    | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 | 180/10       | 1,7              | 5,1     | 9,2         | 95,5                          | ТТК №28      |                  |
|                    | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79              | 150          | 10,0             | 6,8     | 25,3        | 215,8                         | ТТК № 79     |                  |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                         | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед      |                                                                          | 647          | 16,4             | 12,5    | 72,1        | 487,1                         |              |                  |
|                    |                                                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Полдник            | ПЕЧЕНЬЕ                                                                  | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |
|                    | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                                          | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
| Итого за Полдник   |                                                                          | 250          | 6,8              | 7,4     | 52,8        | 305,8                         |              |                  |
|                    |                                                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Ужин               | ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324                                 | 60           | 1,0              | 1,9     | 6,2         | 47,8                          | 324          | 2011             |
|                    | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354      | 70/30        | 12,0             | 16,4    | 12,7        | 257,0                         | ТТК №61, 354 | 2011             |
|                    | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166                              | 130          | 7,0              | 4,8     | 32,0        | 208,5                         | 166          | 2011             |
|                    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 60           | 4,4              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                                                          | 530          | 24,5             | 23,6    | 101,0       | 737,1                         |              |                  |
|                    |                                                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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:     |                                                                          |              | 68,2             | 57,9    | 304,3       | 2 057,6                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Зав. МОУ д/сад № 241  
Иванова Александра М.И.

Учреждение  
«Детский сад № 241  
г. Ярославля»

для детей дошкольного

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

## Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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><br><b>День 4</b> |                                                                     |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                   | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106                          | 180          | 5,3              | 4,8         | 15,1         | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                                  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                  | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3                                                | 40/5/15      | 6,4              | 8,1         | 19,5         | 182,3                         | 3            | 2011             |
|                                  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                         | 200          | 0,8              | 0,8         | 19,0         | 91,2                          | 368          | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>          |                                                                     | <b>637</b>   | <b>12,7</b>      | <b>13,7</b> | <b>63,6</b>  | <b>440,5</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                   | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>        |                                                                     | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>                      | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                                     | 60           | 0,7              | 0,0         | 1,4          | 8,1                           |              |                  |
|                                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 | 180          | 4,7              | 3,9         | 13,6         | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                                  | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                                 | 70/30        | 10,3             | 12,4        | 11,0         | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                           | 130          | 4,9              | 4,4         | 31,1         | 188,4                         | 205          | 2011             |
|                                  | КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                     | 200          | 0,0              | 0,0         | 15,5         | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                    | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
|                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                      | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46,0                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>             |                                                                     | <b>730</b>   | <b>24,7</b>      | <b>21,2</b> | <b>99,3</b>  | <b>701,6</b>                  |              |                  |
| <b>Полдник</b>                   | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                                               | 50           | 4,0              | 3,0         | 29,6         | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                                  | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                              | 200          | 0,1              | 0,0         | 28,4         | 114,0                         | 383          | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>          |                                                                     | <b>250</b>   | <b>4,1</b>       | <b>3,0</b>  | <b>58,0</b>  | <b>274,9</b>                  |              |                  |
| <b>Ужин</b>                      | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ 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 ЛИМОНОМ №393                                                  | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                  | БАТОН                                                               | 45           | 3,4              | 1,3         | 23,1         | 117,9                         |              |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>             |                                                                     | <b>442</b>   | <b>17,8</b>      | <b>16,8</b> | <b>63,1</b>  | <b>481,9</b>                  |              |                  |
| <b>2 ужин</b>                    | КЕФИР №401                                                          | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>           |                                                                     | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>            |                                                                     |              | <b>65,4</b>      | <b>59,3</b> | <b>310,6</b> | <b>2 074,8</b>                |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Зав. МБОУ г. Ярославля ДСШ № 241

Алексей Асеничьева МЧ



## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждает ООО Алеко

Ковалева А.В.



| Прием пищи         | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                    |                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>День 5 |                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак            | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104           | 180          | 7,8              | 5,5     | 29,0        | 197,6                         | ТТК №104     |                  |
|                    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395               | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                    | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2            | 30/5/20      | 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 №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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20             | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20           | 2011             |
|                    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87   | 180          | 2,3              | 2,1     | 13,9        | 85,2                          | ТТК №87      |                  |
|                    | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                         | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                    | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383        | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                              | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед      |                                               | 630          | 36,9             | 36,2    | 99,8        | 879,0                         |              |                  |
|                    |                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Полдник            | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |
|                    | КАКАО С МОЛОКОМ №397                          | 200          | 3,9              | 3,3     | 16,5        | 112,6                         | 397          | 2011             |
| Итого за Полдник   |                                               | 250          | 7,7              | 8,2     | 53,7        | 321,1                         |              |                  |
|                    |                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Ужин               | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ              | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                    | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 | 70           | 9,5              | 6,9     | 6,8         | 135,8                         | ТТК №77      |                  |
|                    | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 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        | 88,3                          | 398          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
| Итого за Ужин      |                                               | 470          | 16,7             | 15,4    | 69,5        | 506,6                         |              |                  |
|                    |                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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:     |                                               |              | 80,6             | 76,0    | 323,1       | 2 340,0                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Зав. МРГ г/сад 241

Нелличов Александр М.Н.



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |               |                  |
| Неделя 2<br>День 6 |                                                                                    |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак            | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83                                                       | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83       |                  |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                    | БАТОН                                                                              | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                    | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                                                                  | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             | 2011             |
| Итого за завтрак   |                                                                                    | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
|                    |                                                                                    |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| 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               | ОГУРЕЦ 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       |                  |
|                    | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                                            | 140/50       | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,4                         | ТТК №75       |                  |
|                    | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                     | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376           | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                   | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |
| Итого за обед      |                                                                                    | 720          | 23,4             | 16,0    | 90,6        | 612,4                         |               |                  |
|                    |                                                                                    |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Полдник            | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                             | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           | 2011             |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                              | 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               | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 150/60       | 19,3             | 18,7    | 40,4        | 413,6                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                 | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 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         | 92,5                          | 401           | 2011             |
| Итого за 2 ужин    |                                                                                    | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |               |                  |
| Всего за день:     |                                                                                    |              | 68,4             | 52,2    | 284,4       | 1 909,5                       |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_



зав. МОУ г.р.с.с. 241  
Алексеев А.И.

Ковалева А.В.

### Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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>Неделя 2</b>           |                                                                          |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>День 7</b>             |                                                                          |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>            | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                         | 50           | 1,0              | 4,5         | 3,9          | 59,5                          |              |                  |
|                           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                                                | 150          | 15,3             | 18,9        | 2,9          | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                           | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                    | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                           | БАТОН                                                                    | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                                                          | <b>430</b>   | <b>18,7</b>      | <b>24,3</b> | <b>32,0</b>  | <b>426,9</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>          | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                                             | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b> |                                                                          | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>               | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                                          | 50           | 0,6              | 0,0         | 1,2          | 6,8                           |              |                  |
|                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202                        | 180/25       | 6,6              | 6,3         | 12,8         | 134,6                         | ТТК №202     |                  |
|                           | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64/№348 | 150/30       | 15,2             | 9,0         | 33,5         | 297,2                         | ТТК №64, 348 | 2011             |
|                           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 180          | 0,1              | 0,1         | 20,9         | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                         | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>      |                                                                          | <b>655</b>   | <b>25,1</b>      | <b>15,8</b> | <b>85,4</b>  | <b>606,2</b>                  |              |                  |
| <b>Полдник</b>            | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                                       | 50           | 3,8              | 4,9         | 37,2         | 208,5                         |              |                  |
|                           | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398                                         | 200          | 0,7              | 0,3         | 20,1         | 96,1                          | 398          | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                          | <b>250</b>   | <b>4,5</b>       | <b>5,2</b>  | <b>57,3</b>  | <b>306,6</b>                  |              |                  |
| <b>Ужин</b>               | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                                              | 70/30        | 10,3             | 12,4        | 11,0         | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                        | 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                          |              |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                                          | <b>480</b>   | <b>18,7</b>      | <b>19,7</b> | <b>62,9</b>  | <b>517,0</b>                  |              |                  |
| <b>2 ужин</b>             | КЕФИР №401                                                               | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>    |                                                                          | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>     |                                                                          |              | <b>73,1</b>      | <b>69,6</b> | <b>264,2</b> | <b>2 032,6</b>                |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Зав. МОУ гр. 241

А.С. МОУ Акимов М.И.

для детей дошкол

Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

## Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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>Неделя 2</b>           |                                                                                                |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>День 8</b>             |                                                                                                |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>            | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ТТК №83                                                                   | 180          | 7,3              | 4,2         | 31,4         | 191,3                         | ТТК №83       |                  |
|                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                             | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                           | БАТОН                                                                                          | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |               |                  |
|                           | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                                                                              | 10           | 2,3              | 3,0         | 0,0          | 36,4                          | 7             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                                                                                | <b>417</b>   | <b>12,1</b>      | <b>8,1</b>  | <b>56,8</b>  | <b>348,0</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 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       |                  |
|                           | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                                                        | 140/50       | 13,2             | 13,1        | 13,4         | 234,4                         | ТТК №75       |                  |
|                           | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                 | 200          | 0,0              | 0,0         | 15,5         | 61,9                          | 376           | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                               | 50           | 3,3              | 0,4         | 21,2         | 102,0                         |               |                  |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                 | 50           | 3,8              | 0,3         | 25,1         | 118,4                         |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>      |                                                                                                | <b>720</b>   | <b>23,4</b>      | <b>16,0</b> | <b>90,6</b>  | <b>612,4</b>                  |               |                  |
| <b>Полдник</b>            | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                                         | 50           | 4,1              | 3,9         | 28,9         | 167,3                         | 467           | 2011             |
|                           | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                                          | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392           | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                                                | <b>250</b>   | <b>4,2</b>       | <b>3,9</b>  | <b>38,7</b>  | <b>206,7</b>                  |               |                  |
| <b>Ужин</b>               | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА ТТК №452, №477 | 150/60       | 19,3             | 18,7        | 40,4         | 413,6                         | ТТК №152, 477 |                  |
|                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                             | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                 | 45           | 3,3              | 0,3         | 21,9         | 103,4                         |               |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                                                                | <b>452</b>   | <b>22,8</b>      | <b>19,0</b> | <b>72,3</b>  | <b>558,7</b>                  |               |                  |
| <b>2 ужин</b>             | КЕФИР №401                                                                                     | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401           | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>    |                                                                                                | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>     |                                                                                                |              | <b>68,4</b>      | <b>52,2</b> | <b>284,4</b> | <b>1 909,5</b>                |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Зав. МОУ ДОУ 241  
Алексей Кисельев и.и.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |               |                  |
| Неделя 2<br>День 9 |                                                                          |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак            | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                                         | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105      |                  |
|                    | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400                                                    | 180          | 5,0              | 4,4     | 8,3         | 94,3                          | 400           | 2011             |
|                    | БАТОН                                                                    | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                    | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №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          | 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 СВЕКЛЫ №33                                                      | 50           | 0,7              | 2,9     | 4,1         | 45,6                          | 33            | 2011             |
|                    | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 | 180/10       | 1,7              | 5,1     | 9,2         | 95,5                          | ТТК №28       |                  |
|                    | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68                                      | 150          | 19,6             | 11,4    | 16,9        | 243,0                         | ТТК №68       |                  |
|                    | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                   | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                          | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                    | Итого за обед                                                            | 640          | 26,9             | 19,9    | 86,8        | 634,7                         |               |                  |
| Полдник            | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           | 2011             |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                    | 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               | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477  | 150/60       | 28,1             | 21,3    | 30,1        | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |
|                    | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398                                         | 200          | 0,7              | 0,3     | 20,1        | 98,1                          | 398           | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |               |                  |
| Итого за Ужин      |                                                                          | 450          | 31,9             | 21,8    | 70,3        | 632,5                         |               |                  |
| 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:     |                                                                          |              | 87,0             | 62,7    | 281,8       | 2 072,5                       |               |                  |

Повар



Зав. МОУ ДОСД 241  
Галия Ахметовна М.Н.

Ковалева А.В.



## Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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>Неделя 2</b>           |                                                        |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>День 10</b>            |                                                        |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>            | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                       | 50           | 1,0              | 4,5         | 3,9          | 59,5                          |              |                  |
|                           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                              | 150          | 15,3             | 18,9        | 2,9          | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                           | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                        | 200          | 3,0              | 2,5         | 15,6         | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                           | БАТОН                                                  | 30           | 2,3              | 0,9         | 15,4         | 78,6                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                                        | <b>430</b>   | <b>21,6</b>      | <b>26,8</b> | <b>37,8</b>  | <b>484,8</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>          | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                           | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b> |                                                        | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>               | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                          | 50           | 0,4              | 0,1         | 0,9          | 6,5                           |              |                  |
|                           | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 180          | 2,7              | 2,0         | 15,2         | 90,0                          | ТТК №88      |                  |
|                           | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66              | 150          | 14,4             | 13,6        | 14,7         | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                           | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                         | 200          | 0,0              | 0,0         | 15,5         | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                        | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 50           | 3,8              | 0,3         | 25,1         | 118,4                         |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>      |                                                        | <b>670</b>   | <b>23,9</b>      | <b>16,4</b> | <b>88,4</b>  | <b>599,9</b>                  |              |                  |
| <b>Полдник</b>            | ПЕЧЕНЬЕ                                                | 50           | 3,8              | 4,9         | 37,2         | 208,5                         |              |                  |
|                           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                        | 200          | 3,1              | 2,4         | 17,0         | 103,1                         | 395          | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                        | <b>250</b>   | <b>6,9</b>       | <b>7,3</b>  | <b>54,2</b>  | <b>311,6</b>                  |              |                  |
| <b>Ужин</b>               | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61            | 70           | 11,6             | 15,2        | 11,0         | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                           | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166            | 150          | 8,1              | 5,6         | 36,9         | 234,4                         | 166          | 2011             |
|                           | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392  | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30           | 2,3              | 0,2         | 15,1         | 71,0                          |              |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                        | <b>450</b>   | <b>22,1</b>      | <b>21,0</b> | <b>72,8</b>  | <b>579,3</b>                  |              |                  |
| <b>2 ужин</b>             | КЕФИР №401                                             | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>    |                                                        | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>     |                                                        |              | <b>80,6</b>      | <b>76,1</b> | <b>279,8</b> | <b>2 151,5</b>                |              |                  |

## Повар



Согласовано

зав. МОУ г/сад 241  
Алексеева М.Н.

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>День 11 |                                                                          |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак             | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107                                | 180          | 4,3              | 4,4     | 15,0        | 131,6                         | ТТК №107     |                  |
|                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                          | 180          | 2,8              | 2,2     | 15,4        | 92,9                          | 395          | 2011             |
|                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1                                                    | 35/10        | 2,8              | 7,5     | 17,7        | 157,7                         | 1            | 2011             |
| Итого за завтрак    |                                                                          | 405          | 9,9              | 14,1    | 48,1        | 382,2                         |              |                  |
| 2 Завтрак           | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №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-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87                         | 180          | 2,4              | 2,1     | 13,9        | 85,7                          | ТТК №87      |                  |
|                     | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №64, 348 | 150/30       | 15,2             | 9,0     | 33,5        | 297,2                         | ТТК №64, 348 | 2011             |
|                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                             | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                         | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за обед       |                                                                          | 670          | 23,9             | 11,8    | 105,8       | 648,7                         |              |                  |
| Полдник             | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                                   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
|                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                   | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
| Итого за Полдник    |                                                                          | 250          | 4,2              | 3,9     | 57,3        | 281,3                         |              |                  |
| Ужин                | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54                            | 50           | 1,1              | 2,4     | 5,6         | 49,9                          | 54           | 2011             |
|                     | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ ТТК №62/№355     | 70/50        | 12,4             | 13,5    | 15,1        | 238,4                         | ТТК №62, 355 | 2011             |
|                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                                   | 150          | 3,1              | 4,6     | 21,4        | 143,9                         | 321          | 2011             |
|                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
| Итого за Ужин       |                                                                          | 552          | 19,5             | 20,7    | 69,7        | 556,8                         |              |                  |
| 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:      |                                                                          |              | 63,3             | 55,4    | 319,8       | 2 098,5                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



зав. МОУ г/сад 241  
Асеев Александр М.Н.

Ковалева А.В.



## Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 12</b>            |                                               |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>            | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104           | 180          | 7,8              | 5,5         | 29,0         | 197,6                         | ТТК №104     |                  |
|                           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395               | 200          | 3,1              | 2,4         | 17,1         | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                           | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2            | 30/5/20      | 2,3              | 3,7         | 27,4         | 156,7                         | 2            | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                               | <b>435</b>   | <b>13,2</b>      | <b>11,6</b> | <b>73,5</b>  | <b>457,4</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>          | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                             | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b> |                                               | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20             | 50           | 0,8              | 2,4         | 4,5          | 44,1                          | 20           | 2011             |
|                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87   | 180          | 2,3              | 2,1         | 13,9         | 85,2                          | ТТК №87      |                  |
|                           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                         | 150          | 28,9             | 31,2        | 24,8         | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                           | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383        | 180          | 0,1              | 0,0         | 25,7         | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                              | 50           | 3,3              | 0,4         | 21,2         | 102,0                         |              |                  |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46,0                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>      |                                               | <b>630</b>   | <b>36,9</b>      | <b>36,2</b> | <b>99,8</b>  | <b>879,0</b>                  |              |                  |
| <b>Полдник</b>            | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 50           | 3,8              | 4,9         | 37,2         | 208,5                         |              |                  |
|                           | КАКАО С МОЛОКОМ №397                          | 200          | 3,9              | 3,3         | 16,5         | 112,6                         | 397          | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                               | <b>250</b>   | <b>7,7</b>       | <b>8,2</b>  | <b>53,7</b>  | <b>321,1</b>                  |              |                  |
| <b>Ужин</b>               | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ              | 50           | 1,0              | 4,5         | 3,9          | 59,5                          |              |                  |
|                           | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 | 70           | 9,5              | 6,9         | 6,8          | 135,8                         | ТТК №77      |                  |
|                           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 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         | 88,3                          | 398          | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40           | 3,1              | 0,2         | 20,1         | 94,7                          |              |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                               | <b>470</b>   | <b>16,7</b>      | <b>15,4</b> | <b>69,5</b>  | <b>506,6</b>                  |              |                  |
| <b>2 ужин</b>             | КЕФИР №401                                    | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>    |                                               | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>     |                                               |              | <b>80,6</b>      | <b>76,0</b> | <b>323,1</b> | <b>2 340,0</b>                |              |                  |



совано

МОУ г/сод 241  
госп. Администрация МН



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

| Имя пищи    | Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|             |                                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Заведения 3 |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| День 13     |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                            | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|             | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                             | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394          | 2011             |
|             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2                          | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2            | 2011             |
| Итого       |                                                             | 415          | 13,3             | 10,2    | 77,1        | 457,7                         |              |                  |
|             |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                           | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
| Завтрак     |                                                             | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
|             |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | ОГУРЕЦ 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      |                  |
|             | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65                         | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|             | КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336                                        | 130          | 2,9              | 4,8     | 12,5        | 106,9                         | 336          | 2011             |
|             | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                              | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|             | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                             | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого       |                                                             | 720          | 21,9             | 20,1    | 89,2        | 636,7                         |              |                  |
|             |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                                       | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|             | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398                            | 200          | 0,7              | 0,3     | 20,1        | 98,1                          | 398          | 2011             |
| Итого       |                                                             | 250          | 4,7              | 3,3     | 49,7        | 259,0                         |              |                  |
|             |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74                                       | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|             | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)                        | 150          | 3,9              | 3,9     | 39,7        | 214,1                         | 166          | 2011             |
|             | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392       | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого       |                                                             | 450          | 18,1             | 10,7    | 67,7        | 447,1                         |              |                  |
|             |                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|             | КЕФИР №401                                                  | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| Итого       |                                                             | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| Итого:      |                                                             |              | 64,1             | 48,9    | 310,3       | 1 976,4                       |              |                  |



Согласовано

Зав. МОУ д/сад 241  
Алексеев Александр М.И.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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>Неделя 3<br/>День 14</b> |                                                              |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>              | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                             | 50           | 1,0              | 4,5         | 3,9          | 59,5                          |              |                  |
|                             | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                                    | 150          | 15,3             | 18,9        | 2,9          | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                             | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392        | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                             | БАТОН                                                        | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |              |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>     |                                                              | <b>420</b>   | <b>17,9</b>      | <b>24,0</b> | <b>26,9</b>  | <b>400,7</b>                  |              |                  |
| <b>2 Завтрак</b>            | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                                 | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399          | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>   |                                                              | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |              |                  |
| <b>Обед</b>                 | 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              | 3,7         | 8,8          | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                             | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75                                      | 140/50       | 13,2             | 13,1        | 13,4         | 234,4                         | ТТК №75      |                  |
|                             | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                 | 180          | 0,1              | 0,1         | 20,9         | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                             | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |              |                  |
|                             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 20           | 1,5              | 0,1         | 9,7          | 46,0                          |              |                  |
| <b>Итого за обед</b>        |                                                              | <b>660</b>   | <b>20,0</b>      | <b>17,4</b> | <b>71,0</b>  | <b>533,3</b>                  |              |                  |
| <b>Полдник</b>              | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                       | 50           | 4,1              | 3,9         | 28,9         | 167,3                         | 467          | 2011             |
|                             | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392        | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392          | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                                              | <b>250</b>   | <b>4,2</b>       | <b>3,9</b>  | <b>38,7</b>  | <b>206,7</b>                  |              |                  |
| <b>Ужин</b>                 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54                | 50           | 1,1              | 2,4         | 5,6          | 49,9                          | 54           | 2011             |
|                             | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60                       | 70/30        | 11,5             | 13,1        | 8,3          | 203,3                         | ТТК №60      |                  |
|                             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                    | 130          | 4,9              | 4,4         | 31,1         | 188,4                         | 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         | 71,0                          |              |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>        |                                                              | <b>490</b>   | <b>20,4</b>      | <b>20,4</b> | <b>78,2</b>  | <b>600,9</b>                  |              |                  |
| <b>2 ужин</b>               | КЕФИР №401                                                   | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401          | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>      |                                                              | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                                                              |              | <b>68,6</b>      | <b>70,3</b> | <b>241,4</b> | <b>1 917,5</b>                |              |                  |

Повар



Согласовано

зав. МОУ гр 241  
Алексей Кунищев М.И.



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |              |                  |
| Неделя 3<br>День 15 |                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак             | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 | 180          | 5,3              | 4,8     | 15,1        | 125,3                         | ТТК №106     |                  |
|                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                           | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395             | 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) №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            | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                     | СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44    | 180          | 2,2              | 1,9     | 12,9        | 78,0                          | ТТК №44      |                  |
|                     | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                       | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,8        | 499,1                         | ТТК №67      |                  |
|                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383      | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                            | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |              |                  |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
| Итого за обед       |                                             | 630          | 37,0             | 38,1    | 98,2        | 887,2                         |              |                  |
| Полдник             | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473                       | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
|                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394             | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,8        | 97,3                          | 394          | 2011             |
| Итого за Полдник    |                                             | 250          | 7,0              | 5,5     | 45,2        | 258,2                         |              |                  |
| Ужин                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                     | РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344               | 150          | 2,8              | 5,9     | 14,9        | 134,6                         | 344          | 2011             |
|                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                          | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 35           | 2,7              | 0,2     | 17,6        | 82,9                          |              |                  |
| Итого за Ужин       |                                             | 452          | 17,3             | 21,3    | 53,5        | 493,7                         |              |                  |
| 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:      |                                             |              | 80,9             | 81,5    | 275,7       | 2 192,4                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

зав МОУ д/сад №41  
Александр Александрович



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>День 16 |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак             | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                             | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                              | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                     | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2                           | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2            | 2011             |
|                     | БАТОН                                                        | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
| Итого за завтрак    |                                                              | 455          | 15,2             | 10,9    | 90,5        | 525,6                         |              |                  |
|                     |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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                | 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 №66                    | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                               | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
| Итого за обед       |                                                              | 600          | 19,4             | 17,7    | 53,8        | 455,6                         |              |                  |
|                     |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Полдник             | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467                                       | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
|                     | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                       | 200          | 0,1              | 0,0     | 28,4        | 114,0                         | 383          | 2011             |
| Итого за Полдник    |                                                              | 250          | 4,2              | 3,9     | 57,3        | 281,3                         |              |                  |
|                     |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Ужин                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74                                        | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321                                       | 150          | 3,1              | 4,6     | 21,4        | 143,9                         | 321          | 2011             |
|                     | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392        | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
| Итого за Ужин       |                                                              | 460          | 18,1             | 11,4    | 54,4        | 400,6                         |              |                  |
|                     |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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:      |                                                              |              | 62,8             | 49,1    | 282,0       | 1 846,8                       |              |                  |

Повар \_\_\_\_\_



Зав. МОУ г/сод 241  
Александр Александрович

Ковалева А.В.



Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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 4</b>           |                                                                         |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>День 17</b>            |                                                                         |              |                  |             |              |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>            | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102                                 | 180          | 2,7              | 7,2         | 28,4         | 196,2                         | ТТК №102      |                  |
|                           | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                                         | 180          | 2,7              | 2,3         | 14,0         | 87,6                          | 394           | 2011             |
|                           | БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3                                                    | 30/5/10      | 4,4              | 6,7         | 14,6         | 141,6                         | 3             | 2011             |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                                                         | <b>405</b>   | <b>9,8</b>       | <b>16,2</b> | <b>57,0</b>  | <b>425,4</b>                  |               |                  |
| <b>2 Завтрак</b>          | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399                                            | 200          | 1,0              | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 399           | 2011             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b> |                                                                         | <b>200</b>   | <b>1,0</b>       | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>  | <b>83,4</b>                   |               |                  |
| <b>Обед</b>               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20                                       | 50           | 0,8              | 2,4         | 4,5          | 44,1                          | 20            | 2011             |
|                           | БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200                       | 180/5        | 1,3              | 4,3         | 7,1          | 76,6                          | ТТК №200      |                  |
|                           | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60                                  | 70/30        | 11,5             | 13,1        | 8,3          | 203,3                         | ТТК №60       |                  |
|                           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                               | 130          | 4,9              | 4,4         | 31,1         | 188,4                         | 205           | 2011             |
|                           | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                                  | 180          | 0,1              | 0,0         | 25,7         | 102,6                         | 383           | 2011             |
|                           | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                        | 40           | 2,6              | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |               |                  |
| <b>Итого за обед</b>      |                                                                         | <b>685</b>   | <b>21,2</b>      | <b>24,6</b> | <b>93,7</b>  | <b>696,6</b>                  |               |                  |
| <b>Полдник</b>            | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                                      | 50           | 3,8              | 4,9         | 37,2         | 208,5                         |               |                  |
|                           | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                   | 190/10       | 0,1              | 0,0         | 9,8          | 39,4                          | 392           | 2011             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                         | <b>250</b>   | <b>3,9</b>       | <b>4,9</b>  | <b>47,0</b>  | <b>247,9</b>                  |               |                  |
| <b>Ужин</b>               | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 | 150/60       | 28,1             | 21,3        | 30,1         | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |
|                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                      | 180/10/7     | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41,7                          | 393           | 2011             |
|                           | БАТОН                                                                   | 45           | 3,4              | 1,3         | 23,1         | 117,9                         |               |                  |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                                         | <b>452</b>   | <b>31,7</b>      | <b>22,6</b> | <b>63,2</b>  | <b>599,3</b>                  |               |                  |
| <b>2 ужин</b>             | КЕФИР №401                                                              | 180          | 5,1              | 4,4         | 7,0          | 92,5                          | 401           | 2011             |
| <b>Итого за 2 ужин</b>    |                                                                         | <b>180</b>   | <b>5,1</b>       | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>   | <b>92,5</b>                   |               |                  |
| <b>Всего за день:</b>     |                                                                         |              | <b>72,7</b>      | <b>72,9</b> | <b>287,5</b> | <b>2 145,1</b>                |               |                  |

Повар \_\_\_\_\_

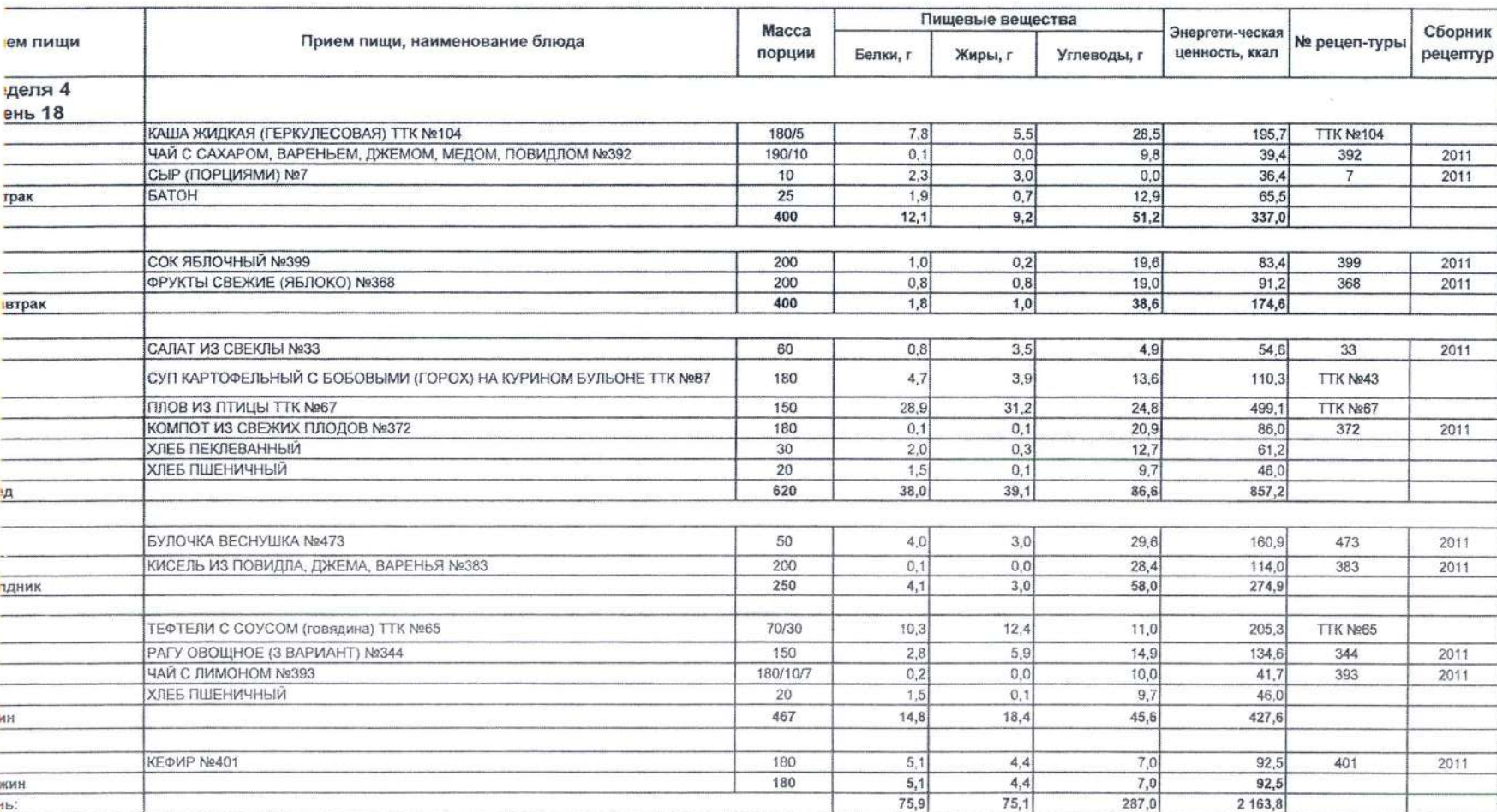


Мог. за сав 241  
вас. Геленков М. Н.

Ковалева А.В.

Весна-Лето

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





Согласовано

зав. МОУ гр. 241  
Алексеева Н.В.



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 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<br>День 19 |                                                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак             | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                       | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72                              | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         | ТТК №72      |                  |
|                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                        | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
|                     | БАТОН                                                  | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |              |                  |
| Итого за завтрак    |                                                        | 430          | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                         |              |                  |
| 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                | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                          | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 180          | 2,7              | 2,0     | 15,2        | 90,0                          | ТТК №88      |                  |
|                     | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66              | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                         | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                       | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |              |                  |
|                     | Итого за обед                                          |              | 670              | 23,9    | 16,4        | 88,4                          | 599,9        |                  |
| Полдник             | ПЕЧЕНЬЕ                                                | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |
|                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                        | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,0        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                     | Итого за Полдник                                       |              | 250              | 6,9     | 7,3         | 54,2                          | 311,6        |                  |
| Ужин                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61            | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                     | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166            | 150          | 8,1              | 5,6     | 36,9        | 234,4                         | 166          | 2011             |
|                     | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392  | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                     | Итого за Ужин                                          |              | 450              | 22,1    | 21,0        | 72,8                          | 579,3        |                  |
| 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                          |              |                  |



овано

МОУ д/сад №241  
г. Петрозаводск



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

|     |      |      |       |         |  |
|-----|------|------|-------|---------|--|
| нь: | 80,6 | 76,1 | 279,8 | 2 151,5 |  |
|-----|------|------|-------|---------|--|

| ием пищи           | Прием пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                    |                                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| еделя 4<br>день 20 |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105                             | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                              | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                    | БАТОН                                                        | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131,0                         |              |                  |
| зтрак              |                                                              | 430          | 15,2             | 8,1     | 78,5        | 447,5                         |              |                  |
|                    |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                  | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
| завтрак            |                                                              | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
|                    |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                             | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                    | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28 | 180          | 2,0              | 3,7     | 8,8         | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                    | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61                  | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |
|                    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                    | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205          | 2011             |
|                    | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383                       | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,6                         | 383          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| ед                 |                                                              | 680          | 24,5             | 28,4    | 112,6       | 816,1                         |              |                  |
|                    |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | ПЕЧЕНЬЕ                                                      | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |              |                  |
|                    | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394                              | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394          | 2011             |
| злдник             |                                                              | 250          | 6,8              | 7,4     | 52,8        | 305,8                         |              |                  |
|                    |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ                                            | 50           | 0,6              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                    | ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ           | 140/50       | 12,2             | 13,8    | 23,5        | 290,3                         | ТТК №32, 355 | 2011             |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392        | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| жин                |                                                              | 470          | 15,2             | 14,0    | 49,6        | 407,5                         |              |                  |
|                    |                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                    | КЕФИР №401                                                   | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          | 401          | 2011             |
| ужин               |                                                              | 180          | 5,1              | 4,4     | 7,0         | 92,5                          |              |                  |
| ень:               |                                                              |              | 67,6             | 63,1    | 319,5       | 2 160,6                       |              |                  |