



Согласовано

Заведующий

МОУ Детский сад № 32

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Приемы пищи	Приним. пища, наименование блюда	Масса порции	Пшеничные изделия			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Батоны, г	Хлеб, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	131,6	ТТК №107Н	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		340	9,4	7,7	45,4	312,6		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИГРА (БАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30	0,6	2,7	2,3	35,7		ТТК №69
	СУП С МАКРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЛБ ТТК №68	150	2,3	1,9	12,1	74,2		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШЕМУ ТТК №7	150	17,0	16,7	15,8	287,3		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	0	0	14,6	46,9	378	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,8	0,2	8,9	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
	Итого за обед	520	23,6	21,6	69,1	631,9		
Уплотнительный десерт	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	50	0,1	0	0,1	109,6	ТТК №82	2011
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,8	321	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИЧЕМ, ДРЕСНОМ, МЕРДОМ, ПОВИДЛОМ №393	180/10	0,1	0	9,8	39,4	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
Итого за Уплотнительный десерт	50	4,1	3,0	28,0	157,3	467	2011	
Итого за день	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	415	13,7	19,3	69,8	465,7		2011
	Итого за день	193,3	44,0	44,0	193,3	1 376,3		

Повар



Согласовано  
 Заведующий *Назаров-Камиташова О.Ю.*  
 МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
 ПСИХИАТРИИ И ПСИХОЛОГИИ  
 ВОЛГОГРАДСКОГО РАЙОНА

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

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

Приним. пища	Принем пища, наименование блюда	Масса порции	Глищельные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рацион-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0,4	0	2,1	10,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	6,1	6,9	6,5	180,3	ТТК №72	
	МОЛОКО ЯГОТЧЕНОЕ №80	150	4,3	3,7	7	78,9	400	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		350	14,8	11,3	36,2	374,2		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №88	300	0,8	0,8	15,0	91,2	300	2011
	Итого за 2 завтрака	200	0,8	0,8	19,8	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №20	30	0,4	1,2	2,9	29,5	33	
	СУП С ВЕРТОЙ НА БУЛКОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	2011
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	130/15	7,9	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КУСЬЕ ИЗ ПОМИДОР, ДРЕМА, ВАРЕНЬЕ МОЛО	100	0,1	0	21,1	84,8	300	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,5	65,2		
	Итого за обед	510	13,1	14,3	66	485,7		
Уплотнительный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №15/УП350	130/60	12	10,9	35,1	266,5	ТТК №15/7, 350	2011
	САЛАД С МОЛОКОМ №87	180	3,6	3,0	15,0	101,5	387	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Итого за уплотнительный полдник	400	17,8	17,1	64,7	450,3		
Всего за день:			47,6	46,7	185,9	1377,4		
Повар								



Согласовано

Заведующий *Иванов*  
 МОУ Детский сад №32  
 от 01.01.2024

*Кашитимова О.Ю.*

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

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

Принем пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборная рецептура	
			Ветра, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША, ЯЧМЕРНАЯ (молочная) ТТК №83 Чай с сахаром, варенье, джемом, медом, повидлом №292	150	5,1	3,4	25,8	150	ТТК №83	2011	
		100г/с	0,1	0	9,8	30,4	382		
		45	5,5	5	0,3	69,5	313		
		20	1,5	0,8	10,3	52,4			
		405	13,2	9	47,2	323,6			
Уголок за завтраком	БАТОН							2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №299	180	0,8	0,2	17,7	75,1	399	2011	
		189	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С ЗАКВАСКОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) ТТК №79 Чай с лимонном №383 ХЛЕБ РАЖИНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,8		2011	
		150/10	1,5	0	7,0	9,0	ТТК №28		
		190	10,0	0,8	25,3	215,8	ТТК № 79		
		150/73,5	0,1	0	7	29	383		
		20	1,3	0,2	0,5	40,8			
		20	1,5	0,1	0,7	49			
		548	14,5	12,1	55,1	427,2			
		40	0,8	1,4	4	33,4	324		
		50330	6,7	0,7	15,9	157,96	ТТК №81, №304		
		110	4,7	6,4	26,3	191,4	388		
180	0,1	0,1	20,9	80	372				
30	2,3	0,2	15,1	71					
448	15,3	17,8	82,6	547,76					
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (овоща) №24 КОТЛЕТЫ, ВИТОНАМИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №1/№334 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПЕЧЕНЕВАЯ) №168 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №373 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ								
вспомогательные напитки	Всего за день.								
		44		28,1	204,5	1372,46			
Повар									



Согласовано

Заведующий кафедрой Капитаново. О.Ю.

МОН ДЕТСКИЙ №32  
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

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

Принем пищи Неделя 1 День 4	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КУРИЦЕЙ (РЕЦЕПТУР) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,0	106,5	ТТК №106	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №304	150	2,6	2,3	11,2	70,2	304	
	БАТОН	50	3,8	1,8	26,7	131		
	СЫР (ПОРЦИОН) №7	6	1,2	1,9	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	12	9,4	49,4	351,4		
2. Золотая Итого за завтрак	КУРИЦЫ СВЕЖИЕ (БЕЛОКО) №306	200	0,8	0,8	10,0	91,2	388	2011
		200	0,8	0,8	10,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СОПЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		ТТК №47
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150*10	1,9	4,6	6,7	78,8		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	130	18,4	14,5	13,5	249,0		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	100	0	0	11,6	46,8	376	
	ХЛЕБ РУКАНОЙ	30	1,3	0,2	8,5	40,8		
	УЛЕС ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	45		
Итого за обед		510	20,43	19,4	80,42	487,7		
Уплотнительный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИЙ) ТТК №151(№351)	130*40	16	12	28,3	357,1	ТТК №151(№351)	2011
	ЖЕЛТУК №101	180	5,1	4,4	7	82,5	401	2011
	БУЛОЧКА ПЕЧЕНАЯ №473	50	4	3	29,0	100,9	473	2011
	Итого за уплотнительный полдник	400	25,1	19,4	64,3	810,5		
Всего за день:		1305	48,23	48	184,72	1500,8		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий

Калинина  
Калиничева О.Ю.

МОУ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ №32

Зима-Осень

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Приним пищи	Приним пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША КУКУРУЗНАЯ (сладкая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	ТТК №104	
	КОМБИНОВАННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №86	150	2,3	1,8	11,1	399	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/200	2,3	3,7	27,4	2	2011
Итого за завтрак		350	11	10,1	62,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №309	160	0,9	0,2	17,7	399	2011
	Итого за 2 завтрак	160	0,9	0,2	17,7		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,3	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МС ТТК №17	160	2,1	2,3	11,7	75,3	ТТК №17/1
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,3	ТТК №67
	НАСЕЛЬ ИЗ ПОШАДЫ, ДЖЕМА, ЗАРЕНЬЯ №383	160	0,1	0	21,1	84,9	303
	ХЛЕБ РУКОУС	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	91,7	
Итого за обед		520	17,8	20,5	109,4		
Уполотенный	МИРА КАЗАНОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	55,7	
	КОТЛЕТЫ, БАРТОЧКИ РЕЗАНЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	50	0,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №451	120	2,4	3,8	14,6	108,9	161
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШАКЛИВНИКА №399	180	0,6	0,3	18,1	86,2	399
Итого за уполотенный		30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого за день:		410	10,7	12,8	64,4	305,9	
После			40,9	63,4	234,7	1445,7	



Утверждаю



Согласовываю

Заведующий  
МОН КАШИРА  
Каминцова О.Ю.  
МОН ДЕТСКИЙ САД №32  
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Волокно, г	Жиры, г			
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	183	ТТК №83
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	150	4,2	3,7	7	70,8	400
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	
	Сыр (порционный) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7
Итого за завтрак		355	15,4	10,1	50,5	391,3	
2. Завтрак (Итого за 2 завтрака)	ФРУКТЫ СВОЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №21	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371
		300	0,8	0,8	19,8	91,2	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,8	
	СУП С КУРЕЦАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	150/75/10	1,8	3,8	9,2	81,3	ТТК №201
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,2	177,2	ТТК №75
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	100	0	0	11,8	45,6	376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	103	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,5	103,4	
		205	18,3	14,9	76,7	517,8	
	ЗАПЕЧЕНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/350	130/40	10,3	18,2	43,8	344,3	ТТК №152, 350
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №30	150/73,5	0,1	0	7	28	350
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
Итого за обедом (Итого за 2 обедами)	ВАТРУШКА С ПОМИДОМ №458	75	5	2,8	52,7	258,4	458
		425	17	21,2	113,6	677	
Всего за день:		49,5	47	288,8	1576,3		
Повар							

Утверждено



Согласовано

Заведующий Мануф. Кариташева О.Ю.  
 МОУ ФГБУ «МНПХ им. С.П. Павлова» №32  
 09.01.2024

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

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

Принимать пищу, наименование блюда	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Витам. г	Жиры, г			
<b>Завтрак</b>						
Омлет натуральный ТТК №72	130	6,1	6,4	180,3	ТТК №72	
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/60	0,1	0	36,4	392	2011
Батон	30	2,3	0,8	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>10,5</b>	<b>9,2</b>	<b>295,3</b>		
<b>2 Завтрак</b>						
Сок яблочно-виноградный №99	180	0,8	0,2	17,7	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>		
<b>Обед</b>						
Помидоры соленные	30	0,3	0	6,1		
Суп картофельный с мясными фрикадельками ТТК №302	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №302
Макароник с мясом или печенью (печень) с соусом сметанным ТТК №344/354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №34, 354
Компот из свежих плодов №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
Хлеб ржаной	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
<b>Итого за обед</b>	<b>530</b>	<b>19,8</b>	<b>11,8</b>	<b>71,7</b>	<b>492,4</b>	
<b>Уплотнительный полдник</b>						
Рыба, запеченная в сметане ТТК №73	50	6,2	0,9	1,3	44,8	ТТК №73
Пюре картофельное №321	110	2,3	3,3	15,6	104,8	321
Чай с молоком или сливками №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394
Батон	60	4,5	1,74	30,64	187,3	
<b>Итого за уплотнительный полдник</b>	<b>400</b>	<b>14,17</b>	<b>16,04</b>	<b>66,74</b>	<b>346,87</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>47,37</b>	<b>37,94</b>	<b>189,86</b>	<b>1262,47</b>	

Полар \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий

МОУ «Детский сад №32»  
 09.01.2024  
 Макеев Камилла О.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Приним пища	Приним пища, наименование блюда	Масса порции	Пекосые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЯЧМЕРНАЯ (перуловская) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	156,2	ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ №207	150	3,1	2,5	12,2	54,7	397	2011
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,4	5	0,3	55,8	213	2011
	БАТОН	20	1,2	0,6	10,2	52,6		
Итого за завтрак		365	16,3	12,7	46,3	364,9		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №266	200	0,8	0,8	19,0	91,2		2011
	Итого за 2 завтрака	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,2	0	0,5	3,9		
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОМ ТТК №47	150/10	1,9	4,4	5,7	75,8	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №202	180/07	0,2	0	0	41,7	393	
	ХЛЕБ РЖАЧНОЙ	20	1,2	0,2	8,4	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Итого за обед	587	23,4	21,7	55,2	619,7		
Уплотнительный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (павлова) ТТК №25	50/00	0,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №25	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	38,3	165,1	206	2011
	ЧАЙЛОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТЛИНИКА №208	180	0,6	0,3	18,1	89,3	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за уплотнительный полдник	409	13,6	12,8	74,2	467,2			
Всего за день:		944	44,4	47,8	194,7	1443		

Повар \_\_\_\_\_





Согласовано  
 Заведующий Иванов Камышова О.Ю.  
 МОУ детский сад №32  
с/д. 01.12.11

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевое вещество		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша овсяная (пшеничная) ТТК №105 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН СЫР (ПОРЦИОННИ) №7	150	7	3,5	20,1	175,1	ТТК №105	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		50	3,8	1,5	25,7	131		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		355	16,2	10,2	61,5	402,4		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОННЫЙ №350	100	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		100	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРОЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №18 КУС-ЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №103 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,4	1,9	2,5	20,5	33	2011
		150+0	1,5	5	7,5	95	ТТК №28	
		130+5	8,9	12,2	14,2	243,8	ТТК №18	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		40	2,6	0,4	97	81,0		
515	13,5	19,5	62,2	527,7				
Углетотный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДОМ) ТТК №15/№351 КЕФИР №401 БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	130+50	10,2	12,3	29,5	385,6	ТТК №151, 351	2011
		50	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		50	4,1	3,9	28,9	107,3	487	2011
		410	25,4	20,6	65,4	625,4		
			56,1	59,8	207,2	1030,5		
Всего за день:								

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий

Иванова - Камшанова О.Ю.  
МОУ дошкольный сад №32  
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ЖЕЛТАЯ КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СМЕТАННЫЙ ТУШЕННЫЙ ТТК №72	130	5,1	8,4	6,2	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №294	150	2,4	2,3	11,2	76,2	294	2011
	БАТОН	60	3	1,2	20,6	104,8		
	Итого за завтрак	350	14,3	14,8	40,8	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №205	160	0,4	0,2	17,7	75,1	205	2011
	Итого за 2 завтрак	160	0,4	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	2,9		
	СУП С МАКАРОНИМИ И КУРИЦЕЙ №11	150	2,5	1,9	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	130	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №276	130	0	0	11,8	46,5	276	2011
	Хлеб ржаной	40	2,8	0,4	17	81,5		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,2	0,1	8,7	48		
	Итого за обед	540	18,5	15,9	66,9	480,1		
Уплотнительный полдник	КОФЕ, БАТОНКИ, ШИШКИ РУБЕЦОВЫЕ ТТК №61	50	8,3	8,5	15,1	144,56	ТТК №61	
	КАША РАССЛАБЛЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕ-ПЕВАР) №195	120	6,3	8,9	28,7	203,5	195	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОМОРОМ №392	130/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	Итого за уплотнительный полдник	403	18,8	16,8	73,7	487,56		
Всего за день:		48,5	45,7	198,9	1459,76			

Повар



Согласовано

Заведующий

МДУ

Иванов К.И.  
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур-туры	Сборная рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №356 СЫР (ТОРЦИМАР) №7 БАТОН	150	3,5	3,0	12,3	100,0	ТТК №107	2011	
		150	2,3	1,8	11,4	71,2	356		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7		
		45	3,4	1,3	23,1	117,8			
Итого за завтрак		350	10,4	8,5	48,8	307,7			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №35	200	0,8	0,8	19,0	91,2	355	2011	
		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87 МАМАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		2011	
		150	2,1	2,3	11,7	75,5	ТТК №87		
		150	14,8	7,8	31,5	272,7	ТТК №64		
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372		
		20	1,3	0,2	8,6	40,8			
		20	1,5	0,1	9,7	40			
		520	20,1	10,3	69,3	518,7			
Уплотненный полдник	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54 КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №3034 МЕСО №34 БЮФЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №333 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №457	30	0,6	1,5	2,3	24,8	54	2011	
		5000	6,5	9,2	0,9	102,6	ТТК №62, 354		
		110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		
		180/10/7	0,2	0	10	41,7	353		
		20	1,8	0,1	9,7	46			
		50	5,1	3,9	28,9	167,3	467		
		487	15	18	79,7	518,5			
		Итого за день:		46,3	37,5	225,7	1433,1		

Полар



Согласовано

Заместитель

МОУ детский сад №32

Капитанова О.Ю.

09.01.2019

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Зима-Осень

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

Примечание	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборная рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЯЧМЕРНАЯ (молочная) ТТК №83 МОЛОКО ПИЩЕЧЕНОЕ №400 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 БАТОН	150	6,1	3,4	26,8	953	ТТК №83	
		150	4,3	3,7	7	36,6	400	2011
		45	5,6	5	0,3	66,6	213	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		365	17,4	12,7	44,4	362,8		
2. Завтрак	ЯЙЦОМ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗМОМОМ №308	110	0,7	0,5	21,9	137,0	206	2011
		110	0,7	0,5	21,9	137,0		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №22 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 КОТЛЕТЫ, ФИТОС-ВИА, ШНИЦЕЛИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №51 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧЕДАЗ) №166 КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДРЕВКА, ВАРЕНЬЯ №382 ХЛЕБ РЖАНОУ	30	0,4	1,9	2,5	20,5	33	2011
		15010	1,4	4,5	5,7	73,5	ТТК №47	
		50	6,3	8,5	15,1	144,20	ТТК №51	
		110	5,7	9,4	26,3	151,4	166	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		20	1,3	0,2	8,2	40,8		
Итого за обед		320	15,2	21,5	70,2	364,96		
Углетощенный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СПАДЖИМ) ТТК №156№351 КЕФИР №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	13040	12,8	15,4	35,4	374,6	ТТК №156, 351	2011
		100	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		30	1,5	2	14,9	85,4		
Итого за углетощенный полдник		410	22,5	22	77,4	648,2		
Всего за день:			45,8	56,7	232,9	1704,76		

Посар



Согласовано

Заведующий

Владелец Канштамова С.Ю.  
МОУ Детский сад №32  
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Пример меню	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Первичные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ПШЕНИЧАЯ (пшеничная) ТТК №105 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №084 БАТОН	150	7	3,5	25,1	175,1	ТТК №105	2011		
		160	2,8	2,4	0	81,3	304			
		50	3,8	1,5	25,7	131				
Итого за завтрак		360	13,8	7,4	83,8	387,4				
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №089	100	0,9	0,2	17,7	75,1	368	2011		
		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Обед	СУПЦ СОЛЕНЧИЙ СУП С МАКАРОНИЧЬИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №88 ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 КАПУСТА ТУШЕНАЯ №338 КОМПОТ ИЗ СЛИВЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,4	3,9				
		150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88			
		60/30	0,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65			
		120	2,7	4,5	11,5	85,8	336	2011		
		150	0	0	11,8	49,5	376	2011		
		10	2,6	0,4	17	81,8				
		20	1,5	0,1	9,7	45				
		988	16,9	14,7	78,2	498,4				
		Углеводный напиток		50	0,5	0,2	2,3	72,7	ТТК №74	
		МАРТОБЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151		130	2,4	3,8	14,8	108,8	151	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ГЛИЦИМ №392		180/10	0,1	0	0,6	39,4	362	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	3,5	0,1	9,7	45				
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011		
Итого за 12-ти дневное меню		480	14	17,4	63,3	437,9				
Всего за день:		44,4	35,7	223	1398,4					

Повар



Утверждено



Согласовано:

Заведующий: *Васильева К.А.*  
 МОУ Детский сад № 32  
 от 01.10.14

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

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Неделя 3								
День 14								
	МЯС КВАШЕНАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	6,1	6,4	6,6	150,3	ТТК №72	
	КАШКО С МОЛОКОМ №87	160	3,2	2,7	13,12	90,26	307	2011
	САТОН	40	0	1,2	20,6	104,8		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>360</b>	<b>14,9</b>	<b>15</b>	<b>42,62</b>	<b>411,15</b>		
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ НЕЖИР	130	0,9	0,2	17,7	75,1	366	2011
<b>2 Завтрак</b>								
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
<b>Обед</b>								
	ПОМИДОРЫ СОЕВЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА ЖИР ТТК №28	150	1,5	7,1	62,4	324	ТТК №28	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	<b>Итого за обед</b>	<b>600</b>	<b>22,6</b>	<b>20,1</b>	<b>89,7</b>	<b>515,9</b>		
<b>Уплотнительный полдник</b>								
	ФРУКТАДЕЯИ "ВКУСНЯШКА" С СЛУКОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №30	100/40	0,9	10,8	17,1	213,5	ТТК №30, 350	2011
	НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВ ШИПОНИКА №386	180	0,6	0,3	18,1	88,3	386	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	СУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	29,8	157,3	467	2011
	<b>Итого за уплотнительный полдник</b>	<b>408</b>	<b>15,9</b>	<b>15</b>	<b>79,7</b>	<b>530</b>		
<b>Всего за день:</b>			64,1	60,3	198,62	1541,15		

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий

МОУ Детский сад №32

Капитанова А.А.  
09.01.2019

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Зима-Осень

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

Промежки	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯН (ГРЕЧЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,9	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕЯНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №356	150	2,3	1,8	11,6	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Сыр (порция) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
	Итого за завтрак	390	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВОИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	МЯСО КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,0	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С КРУПЯН НА КИС ТТК №44	150	1,8	1,8	50,1	84,2	ТТК №44	
	ПЛОД ИЗ ЛЕЩИ ТТК №67	130	10,9	15,8	26,5	291,8	ТТК №67	
	МАСЛО ИЗ ПОСВЯТКИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №303	150	0,1	0	27,1	84,8	353	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	60,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	60		
	Итого за обед	600	16,2	29,7	103,5	564,8		
Уплотнительный полдник	КОТЛЕТЫ, БАТОНЧИ, ШНИЦЕЛИ РУШЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,56	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	3	4,3	10,8	97,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48		
	БАТОНЧА ОСЕЧЕННАЯ №478	50	3,5	5,3	25,8	109,1	478	
Итого за уплотнительный полдник	427	13,9	18,2	72,7	300,06			
Всего за день:		41,8	48,4	227,2	1470,26			

Повар



Согласовано

Заведующий

*Ирина Калитянова О.Ю.*  
 МОУ детский сад №32  
 от 01.10.14

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

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Валы, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>	КАША ХАЧЧАРИ (пшеница) ТТК №105	7	3,5	23,1	175,1		ТТК №105	
	КОФЕЯНЫЙ НАПЕТОК С МОЛОКОМ №385	2,3	1,8	11,4	71,3		385	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДОМ №2	2,3	3,7	27,4	150,7		2	2011
	БАТОН	3	1,2	20,8	104,8			
<b>Итого за завтрак</b>		<b>395</b>	<b>14,8</b>	<b>102,2</b>	<b>507,9</b>			
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ ОВЕЖИЕ (ЯБЛОКУ) №265	200	0,8	19,0	81,2		360	2011
	<b>Итого за 2 завтрака</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>81,2</b>			
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0,5	3,9			
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ПАРТОВЕЛЕМ НА ЮБ ТТК №47	150	1,7	3	6,9		ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №65	150	14,4	13,8	14,7		ТТК №65	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,0		376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	5,5		40,8	
	<b>Итого за обед</b>	<b>500</b>	<b>12,1</b>	<b>16,2</b>	<b>41,8</b>			
<b>Успокоительный полдник</b>	СУПЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	0,5	3,2	2,1		ТТК №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6		321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕРЗОМ, ПОВИДОМ №392	160/50	0,1	0	0,9		392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7		95	
<b>Итого за успокоительный полдник</b>	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №407	50	4,1	3,9	26,9		407	2011
	<b>Итого за день:</b>	<b>420</b>	<b>14,9</b>	<b>15,5</b>	<b>56,4</b>		<b>431,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>42</b>	<b>42,7</b>	<b>219,5</b>	<b>1374,3</b>			

Повар \_\_\_\_\_





Согласовано

Заведующий

МОУ ДОУ «ДЕТСКОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ»  
Зима-Осень

МОУ ДОУ «ДЕТСКОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ»  
Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 1,2 часовой режим функционирования

Прим. пища	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции			Поварские вещества		Углеводы, г	Заквасочная закваска, явал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Углеводы, г					
Завтрак	КАША ЯРЖКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СПИРТАМИ №394 БАТОН СЫР (ГОРЧИЦА) №7	150	2,3	6,0	23,7	163,8		ТТК №102	2011	
		150	2,5	2,3	11,2	76,2		394		
		40	3,4	1,3	23,1	117,6				
		5	1,2	1,5	0	17,7		7		
Итого за завтрак		350	9,5	11,1	68	375,3				
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №98	180	0,9	0,2	17,7	75,1		389	2011	
		180	0,9	0,2	17,7	75,1				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 КОМКАРЕВЫЙ В СОУСЕ (овощный) ТТК №99 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №206 КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №283 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,4	1,8	2,9	26,5		31	2011	
		1925	1,2	3	5,4	63,6		ТТК №200		
		5000	8,3	0,8	16,6	134,2		ТТК №99		
		110	4,1	4,4	28,3	186,1		205		
		150	0,1	0	21,1	84,8		383		
		20	1,2	0,2	8,6	40,6				
		545	15,4	19,3	79,4	629				
Итого за обед										
Углетенный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №151/№200 КЕФИР №201 БАТОН	13050	16,3	13,2	27,4	365,8		ТТК №151, 200	2011	
		180	5,1	4,4	7	92,5		401		
		40	3	1,2	20,6	104,8				
		400	24,4	18,8	55	563,1				
Итого за полдник										
Всего за день:			60,2	49,4	210,1	1542,3				

Повар



Согласовано: Мамы Камышева-О.Ю.  
 Заведующий: Мамы  
 МОУ детский сад №32  
09.01.2011

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

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

Прим. пищи	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША КОФЕЯ (пшеничная) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	2011
	КАША С МОЛОКОМ №387	160	3,2	2,7	13,12	60,35	307	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,6		
Итого за завтрак		350	12,6	8,5	57,12	354,35		
2. Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №168	200	3,0	1,0	42,0	192,0	365	2011
	Итого за 2 завтрака	200	3,0	1,0	42,0	192,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		ТТК №107
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯС ТТК №107	150	2,1	3,3	11,7	75,0		
	ЖАРЕНОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,2		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ №172	150	0,1	0,1	17,6	71,8	372	
	ХЛЕБ РАЖАНСКИЙ	20	1,3	0,2	8,2	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	9,7	40		
	Итого за обед	520	23,1	19,4	64,3	530,3		
Уплотнительный полдник	ЛЕБЕДИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65	5000	6,6	7,8	16,2	143,9	ТТК №65	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПШЕНИЧНАЯ) №186	110	5,7	6,4	26,3	151,4	165	
	ПАЙТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №358	190	0,6	0,2	18,1	86,2	308	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	3	14,0	63,4		
Итого за уплотнительный полдник	415	16,3	16,6	67	366,2			
Всего за день:		55	45,5	359,42	1842,95			

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Заведующий *Машин* *Косматова О.Ю.*  
 МОУ *детский сад №32*  
*09.01.2014*

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

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

Пресс-пища	Пресс-пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,2	3,8	14,9	112,6	ТТК №85
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,2	3,7	7	70,6	400
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	66,6	213
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	76,0	
Итого за завтрак		375	16,4	13,4	37,6	338,6	
2-й завтрак	СОК ЛЕКОЧНЫЙ №329	180	0,0	0,0	17,7	75,1	329
	Итого за 2 завтрак	180	0,0	0,0	17,7	75,1	
Обед	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,2	0,2	0,6	3,9	
	СУП С КРУПой НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44
	ЗАПЕКАЧКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/390	150/50	11,0	9,6	28,2	203,1	ТТК №79, 390
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	180	0	0	11,8	45,5	378
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,0	0,4	17	81,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,0	0,1	9,7	46	
	Итого за обед	590	17,1	11,0	78,3	503,8	
Уплотнительный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №75/350	130/40	12,9	18	31,9	374,5	ТТК №75, 350
	ИЗОМАР №401	180	5,1	4,4	7	92,0	601
	БАТОН	50	3,0	1,5	25,7	131	
Итого за уплотнительный полдник		400	21,9	23,9	66,6	598	
Всего за день:			66,2	47,3	200,5	1515,1	

Подпись \_\_\_\_\_



Согласовываю

Заведующий

МОУ ДОУ «Детский сад №32

с/д. от 09.09.11

Мамы Камышанова О.Ю.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

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

Прием пищи	Примем пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				
Завтрак	КАША ЯЧМЕРНАЯ (пшеничная) ТТК №105 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БАТОН СЫР (ПОРЦИОНАМ) №7	150	7	3,5	29,1	ТТК №105	2011	
		160	2,4	1,9	12,2	75,1		305
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		5	1,2	1,5	0	17,7		7
Итого за завтрак		355	13,6	8,1	61,9	373,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0		2011	
		200	0,8	0,8	19,0			
Обед	МИРА ВАКАНЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ТТК №23 КОЛЕТЫ, ВИТОНКА, ШРИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 КОСЕЛЬ ИЗ ПОМИДОРА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333 ХЛЕБ РЖАНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,9	35,7		
		150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №26	
		50	6,3	8,8	15,1	146,96	ТТК №81	
		110	2	4,2	10,8	97,7	344	
		150	0,1	0	21,1	84,8	363	
		40	2,8	0,4	17	81,6		
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		555	15	19,1	85,9	569,36		
Удлинительный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ САХАРНИЙ "РУБЛИКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №840/84 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	40	0,4	0	0,9	5,9		
		100/30	7,15	11,2	19,4	232,6	ТТК №89, 354	
		100/10	0,1	0	0,8	39,4	382	
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за удлинительный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	2	14,9	83,4		
		400	19,55	13,6	95,6	412,4		
Всего за день:			69,75	41,6	222,4	549,86		
Полдник								