



Утверждаю

Согласовано
Заведующий *Татьяна Кузнецова О.Н.*
МОУ *детский сад №32*
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	119,0	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №294	200	3,0	2,5	15,8	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	361,1		
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 БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯС ТТК №68	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №68	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,8	287,3	ТТК №7	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,6	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	Итого за обед	630	25,1	21,7	79,3	624,4		
Уплотненный полдник								
	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	70	11,5	11,8	11,9	197,9	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,0	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	100/10	0,1	0,6	8,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	115,4		
	БУЛОЧКА ВАРЯПЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	Итого за Уплотненный полдник	500	22,2	19,7	93,8	647,4		
	Всего за день:	59,0	56,0	238,7	1716,3			
Повар								



Утверждено



Согласовано

Заведующий

МОУ Детский сад № 32

ФЕДЕРАЛЬНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 2								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	240,4	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	200	5,0	4,9	9,3	104,8	400	2011
	БАТОН	50	3,76	1,45	25,7	131		
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
	ГОЛУЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	140/20	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	МИСЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	690,8		
Уплотненный полдник								
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157050	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 350	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		470	30,5	24,5	77,0	668,0		
Всего за день:			76,6	65,3	218,0	1 835,2		
Повар	_____							



Согласовано

Заведующий

МОУ *детский сад №32*

09.01.2024

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
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	9,9	39,4	392	2011
	БАТОН	20	1,5	0,0	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5,0	0,3	88,6	213	2011
	Итого за завтрак		440	14,4	9,8	61,8	381,7	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,4	0,1	0,9	6,3		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	94,3	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) ТТК №79	150	10,0	9,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №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 РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,5		
Итого за обед		647	16,4	12,5	72,1	485,9		
Удлиненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,6	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №61/№364	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 364	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,0	32,0	203,0	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФЛОДОВ №372	190	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,5		
Итого за Удлиненный полдник		630	24,5	101,0	731,6			
Итого за день:		563	46,1	344,6	1 652,6			
Полвар								



Согласовываю:

Заведующий Н.А.Камыш
МОУ дошкольный сад №32

09.01.2024

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ (ГРЕЧЬЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
		180	2,7	2,3	14,0	87,8	394	2011
		405/15	8,4	8,1	19,5	152,3	3	2011
		420	14,4	15,2	48,6	365,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368, 371	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		
		180/10	2,3	5,1	7,5	90,8	ТТК №47	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		40	2,6	0,4	17,0	81,8		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		660	24,9	22,3	66,8	873,7		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №151/№351	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151/351	2011
		200	5,6	4,8	7,8	102,8	401	2011
		50	4,0	3,0	29,6	180,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	37,3	27,8	68,8	693,4		
Всего за день:			77,4	66,1	203,2	1 755,9		

Повар _____



Согласовано
Заведующий *Анастасия Каштанова С.И.*
МОУ *детский сад № 32*
09.07.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРОЛЕСОВАЯ) ТТК №104 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВАДЛОМ №2	150	7,6	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		300/200	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1,0	0,2	13,6	83,4	399	2011
Итого за завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОННОЙ КАПУСТЫ №20 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБ ТТК №87 ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №57 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВАДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №57	
		180	0,1	0,0	25,7	102,8	383	2011
		90	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		530	36,9	36,2	99,0	879,0		
Уплотненный полдник	ИГРА ХЛЕБЧАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАНАЯ КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОНИКА №388 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,0		
		70	9,5	6,9	8,8	135,8	ТТК №77	
		130	2,8	4,1	15,9	116,8	151	2011
		180	0,8	0,3	19,1	88,3	388	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		470	17,0	16,0	64,8	495,1		
Всего за день:		881	64,0	257,7	1 914,9			
Подпись								



Согласовываю
Заведующий
МОУ *детский сад № 32*

Мамы Карпачево. О.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 2 День 6	КАША ЖЕЛТАЯ (МАННА) ТТК №63	180	7,3	4,2	31,4	181,3	ТТК №63	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	
	БАТОН	30	2,3	0,8	15,4	78,8		
	СЫР (ПОРЦИОННИЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
Итого за завтрак								
		400	16,9	12,5	55,1	400,6		2011
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АГЕЛЬСИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
Итого за обед	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С КЛЕЦКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	200/200/10	2,7	4,7	12,1	106,9	ТТК №201	
	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №76	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №76	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	19,5	51,9	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		770	23,4	18,6	88,2	630,1		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	150/50	19,1	18,1	36,7	404,3	ТТК №152, 350	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0		
	БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5,0	2,6	52,7	268,4	458	2011
Итого за Уплотненный полдник								
		492	25,8	21,0	112,1	748,4		
Всего за день:								
		66,9	52,8	274,4	1 876,3			
Подар								

Утверждаю



Согласовываю
Заведующий

Мамы Кавтатшва О.Ю.
МОУ «Гимназия №32»

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

с/д №32
09.01.2014

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 7								
Завтрак	ИРА КЕБАБОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,3		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	16,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	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	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №54/№346	150/30	15,2	9,0	33,5	207,2	ТТК №54, 346	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	85,0	372	2011
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		645	25,1	15,8	85,4	406,2		
Уплотненный полдник								
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЛПТЕ ТТК №73	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	19,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,5	97,3	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
		450	20,8	13,7	60,5	481,4		
Всего за день:		655	54,0	203,5	1 507,9			

Повар _____

Утверждаю



Согласовано

Заведующий

МОУ *детский сад № 32*

09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборная рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 8								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРЖУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,0	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	160	3,8	3,0	15,0	101,9	397	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,9	5,0	0,3	88,6	213	2011
		425	18,4	14,1	54,9	420,5		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
Итого за обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ №20	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МАСЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	150,5	2,0	4,5	6,8	78,7	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	297,3	ТТК №7	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №383	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	17,0	81,6		
		522	23,4	24,0	53,7	533,4		
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	206,3	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №285	130	4,9	4,4	31,1	168,4	285	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОНИКА №388	180	0,6	0,3	18,1	88,3	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,0	5,3	26,8	169,1	478	2011
		510	23,1	22,7	112,1	769,5		
Всего за день:		857	61,6	61,6	239,4	1 814,6		

Полар



Согласовано
Заведующий
МОУ детского сада №32

С.А. Калиташева С.Ю.
09.01.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 9								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	6,3	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 ПОРЦИОННО №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак								
		400	17,8	12,5	59,4	422,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак								
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
Итого за обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	50	0,7	2,9	4,1	45,8	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №60	150	19,8	11,4	16,9	278,5	ТТК №60	
	КУСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0		
Итого за обед								
		640	26,3	19,9	36,6	657,6		
Уплотненный полдник								
Итого за полдник								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №15/млз51	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351	2011
Итого за Уплотненный полдник	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Всего за день:								
			83,2	61,3	233,9	1 873,5		

Повар _____



Согласовала
Заведующий
МОУ Детский сад №32

Мария Кудряшова О.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Смелет натуральный ТТК №72	150	15,3	15,9	2,9	248,4	ТТК №72	
	Чай с молоком или сливками №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	384	2011
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,5		
		430	21,6	28,8	37,8	454,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	53,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	53,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КИС ТТК №88	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
	ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №05	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №378	200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	17,0	81,9		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	110,4		
Итого за обед		670	23,9	16,4	85,4	499,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166	150	8,1	5,8	35,9	234,4	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	302	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		480	22,1	21,0	72,8	479,3		
Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1 747,4		

Повар _____

Утверждаю



Согласовываю
Заведующий
МОУ Детский сад №32

Владимир Кариташов О.Ю.
09.01.2014

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Применяемые	Применяемые	Применяемые	Применяемые	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3									
День 11									
Завтрак									
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РАСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107		
	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,8	2,2	10,4	92,9	395		2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	3510	2,8	7,5	17,7	157,7	1		2011
	Итого за завтрак	405	9,9	14,1	43,1	368,6			
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									
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №87	180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) ТТК №64	150	14,8	7,8	31,5	372,7	ТТК №64		
	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348		2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372		2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	21,2	102,0			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед	670	23,8	11,8	105,8	648,7			
Уплотненный полдник									
	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,8	49,9	54		2011
	КОТЛЕТА РУБЕЦОВАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №52/№355	7050	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №52, 355		2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321		2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	82,9			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		2011
	Итого за Уплотненный полдник	802	23,6	24,8	98,6	724,1			
	Всего за день:	88,2	51,3	271,5	1 832,6				

Повар _____



Согласовываю

Заведующий *Ирина Капитанова С.Ю.*
МОУ детский сад №32

09.10.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г				Углеводы, г
Завтрак Неделя 3 День 12	КАША ЖИДКАЯ (МЯСНАЯ) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	ТТК №83		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,6	5,0	68,6	213	2011	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	20	1,6	0,6	10,3	82,4		
	Итого за завтрак	425	19,3	14,2	60,3	406,6		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КИСЛОМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	388	2011	
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	388	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	60	0,9	3,5	4,9	54,6	33	2011
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №47	200/10	1,7	5,5	7,6	92,3	ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	80	13,3	13,4	12,0	226,5	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150	8,1	5,6	38,9	234,4	166	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №303	200	0,1	0,0	26,4	114,0	363	2011
	ХЛЕБ РУЖАНСКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Итого за обед	750	27,3	28,4	111,5	623,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156№351	150/50	24,2	17,8	40,3	420,8	ТТК №156, 351	2011
	КЕФИР №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
	Итого за Уплотненный полдник	480	33,6	24,9	78,1	686,0		
Всего за день:	Повар	80,9	68,0	271,8	2 053,4			



Согласовываю
Заведующий
МОУ детский сад № 32
09.01.2024

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углевода, г			
Неделя 3								
День 13								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	160	6,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	ЧАЙ С МОЛОЖОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,9	384	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ГОВЯДИНОМ №2	30/5/20	3,3	3,7	27,4	168,7	2	2011
	Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	469,7		
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								
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА 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	4,9	12,5	106,9	336	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	56,9	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за обед	720	21,9	20,1	89,2	636,7		
Уплотнительный полдник								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	150	3,2	4,7	18,3	134,2	151	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ГОВЯДИНОМ №352	150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	352	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,6	169,1	478	2011
	Итого за Уплотнительный полдник	500	20,9	16,9	73,1	536,3		
	Всего за день:		57,1	47,3	259,0	1 714,1		

Полар



Утверждаю

Согласовываю

Заведующий *Н.Ю. Камышова*
МДУ *детский сад №32*

09.01.2011

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 14								
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	Сметанатный ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	Какао с молоком №397	200	3,9	3,3	15,7	113,2	397	2011
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак								
		420	21,7	27,3	33,8	474,5		
2. Завтрак								
Итого за 2. завтрак								
	Сок яблочно-виноградный, сок яблочно-абрикосовый №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед								
Итого за обед	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Борщ с капустой и картофелем на масле ТТК №28	180	2,0	3,7	6,8	78,5	ТТК №28	
	Жаркое по-домашнему ТТК №7	150	17,8	16,7	15,8	287,3	ТТК №7	
	Компот из свежих плодов №372	180	0,1	0,1	20,9	88,0	372	2011
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	8,7	46,0		
Итого за обед								
		620	24,5	21,0	73,2	588,2		
Уплотненный полдник								
Итого за уплотненный полдник								
	Фрикадельки "Восхитика" с соусом молочным ТТК № 32№360	14050	20,5	30,9	23,2	458,8	ТТК № 32, 360	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		
	Булочка ванильная №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник								
		480	27,5	35,3	85,3	785,4		
Всего за день:								
		74,8	83,8	211,9	1 529,5			

Полар _____



Утверждено
директором
ФГБУ «ВНИИТСиТ»
г. Белгород



Согласовано

Заведующий
МОУ Детский сад №32
Маму Куряташова О.Ю.

09.01.2024

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ПРЕЧИЩЕНОЙ) ТТК №105	100	5,3	4,8	155,3	ТТК №105	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3,0	36,6	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	103,1	395	2011
	БАТОН	40	3,0	1,2	104,8		
Итого за завтрак		430	33,7	11,4	62,8	399,6	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛЫКИ) №371	200	0,8	0,8	19,0	371	2011
	Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	МИРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,3	3,9	59,5	
	СУП С КРУПКОЙ НА КМБ 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
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №393	180	0,1	0,0	25,7	102,6	393
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	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	96,2	857,2	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКА, ШИЦЕЛИ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	100	2,8	5,9	14,9	134,8	344
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	20,8	108,1	478
Итого за Уплотненный полдник		497	20,4	26,6	77,8	650,9	
Всего за день:			71,9	76,9	247,9	1 598,9	

Повар _____



Утверждено

Согласовываю

Заведующий *Насимт Кашиташова С.Ю.*

МОУ *детский сад №32*

09.01.2024

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 16								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		485	15,2	10,9	80,8	525,8		
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	СУПЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,4	0,1	0,9	6,5		2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КХБ ТТК №47	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
	ПТИЦА, тушеная 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	
	ХЛЕБ РЖАНОМ	40	2,8	0,4	17,0	81,6		
	Итого за обед	600	19,4	17,7	53,8	455,8		
Уютный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,6	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011
	ПУРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	160/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	БУЛОЧКА ВАРЕНЬЯНАЯ №67	50	4,1	3,9	28,9	167,3	67	
Итого за Уютный полдник	480	21,8	14,6	60,4	548,4			
Всего за день:			67,2	44,0	243,7	1 620,8		
Подар								



Утверждаю

С.А. Степанов

Согласовываю
Заведующий
МОУ

Мамт Кариматова А.Ю.
детский сад №32

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102 ЧАЙ с молоком или сливками №394 БУТЕРБРОД с сыром №3	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011 2011 2011
		180	2,7	2,3	14,0	57,8	394	
		305/110	4,4	6,7	14,6	141,0	3	
		405	9,8	16,2	57,0	426,4		
Итого за завтрак								
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ, СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ №20 БОРЩИ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 ФЕРМЕНТИРОВАННЫЕ В СОУСЕ (укренин) ТТК №80 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК №200	
		70/30	11,8	13,1	8,3	203,3	ТТК №80	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
		180	0,1	0,0	25,7	102,5	383	
		40	2,6	0,4	17,0	91,6		
Итого за обед		685	21,2	24,8	83,7	695,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАШКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №15 (№350)	150/60	28,1	21,3	30,1	430,7	ТТК №15, 350	2011
		200	5,6	4,9	7,8	102,6	401	
		40	3,0	1,2	20,6	104,8		
		30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за Уплотненный полдник		480	39,0	30,3	80,8	772,4		
Всего за день:			71,0	71,3	251,1	1 876,6		

Подпись _____



Утверждаю:

1020303*

Согласовываю

Заведующий
МОУ Детский сад №32

Мария Каргишова О.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

с/д № 32
09.09.2024

Прием пищи	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18 Завтрак	КАША ЯЧМЕРНАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104	180,5	7,8	5,5	28,5	156,7	ТТК №104	
	КАША С МОЛОКОМ №387	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
	Сыр (ПОРЦЕЛАН) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	66,5		
		400	15,6	12,2	56,4	399,6		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАЧКА) №368	200	3,0	1,0	42,0	152,0	368	2011
		200	3,0	1,0	42,0	152,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МБ ТТК №87	180	4,7	3,9	13,8	110,3	ТТК №87	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	66,0	372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	26,7	21,1	73,7	597,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	130	7,0	4,8	32,0	203,0	166	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,5	0,3	18,1	59,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №458	75	5,0	2,8	52,7	255,4	458	2011
Итого за Уплотненный полдник		505	24,4	20,4	123,6	799,0		
Всего за день:		69,7	54,7	295,6	1 988,1			

Повар _____



Согласовано
Заведующей
МОУ Детский сад №32

Куштанова О.Ю.
СД.С. ДОК.Ч.
СД. №32

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 19								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	160	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85	2011
	МОЛОКО ИМПРЕНДЕ №407	160	5,0	4,4	8,3	54,3	400	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15	0,4	0,1	19,5	102,3	3	
Итого за завтрак		420	16,6	16,8	45,3	407,7		
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								
Итого за обед	СУПЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011
	СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ ТТК №44	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	49,0		
	Итого за обед		670	17,7	12,2	83,0	630,2	
Уплотненный полдник								
Итого за Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №156/№350	150/50	24,3	13,8	30,6	432,4	ТТК №156, 350	2011
	КЕФИР №401	200	0,0	4,9	7,8	102,8	401	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №476	50	3,5	5,3	29,8	169,1	476	
Итого за Уплотненный полдник		500	37,2	30,5	98,9	838,3		
Всего за день:			72,5	59,7	246,8	1 856,8		

Повар _____



Утверждаю

Согласовываю
Заведующий

Иванов / Караташова С.Ю.
МОУ детский сад №32

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборная рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
День 20								
Завтрак	КАША ХОТЛАВ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	ХОФЕЛИНЫ ПАЛИТОК С МОЛОКОМ №335	200	3,1	2,4	17,1	103,1	305	2011
	БАТОН	50	3,8	1,8	25,7	131,0		
Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5		
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	МЯСА КРАБОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА 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	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,9	364	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	363	2011
	ХЛЕБ РЖАНОУ	60	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		700	22,4	29,9	96,4	762,3		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СИЧЕНИКИ "РЫБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ТТК №65М355	120/50	17,0	25,3	22,7	392,0	ТТК №59, 355	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	38,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		450	20,0	25,5	48,8	608,2		
Всего за день:		98,4	64,3	242,7	1 810,2			

Полар