



РЕЖИМ ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 лет, 12 месяцев жизни *Будущий доктор*

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 месяцев жизни *Будущий доктор*

Согласовано  
Заведующий  
МОН *Рябенко Г. В.*  
*Г. В. Рябенко*

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за завтрак	380	7,3	6,9	30,6	215,3		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	420	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
			9,7	14,4	45,8	381,1		
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,8	83,4	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУЧНОЙ КАПУСТЫ №20	200	1,0	0,2	19,8	83,4	399	2011
	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯС ТТК №88	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДРОМАНШЕНСКИ ТТК №7	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №68	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №676	150	17,6	16,7	15,6	287,3	ТТК №7	
	ХЛЕБ РЖАНОУ	180	0,0	0,0	14,0	66,8	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	48,0			
		630	26,1	21,7	79,8	624,4		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №82	70	11,5	11,9	11,5	197,9	ТТК №82	
	ЛИКЕР БУРТОБОЛЬНОЕ №371	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №92	190	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	487	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								



РЕЦЕПТУАРИЙНОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 лет, 12 часовых регионов функционирования

Весна-Лето



Согласовано  
Заведующий  
МОН *Валентина Александровна*  
И.И. Вильшанская

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СМАЙЛ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 МОЛОКО КИРПИЧНОЕ №40 БАТОН	150	15,3	18,5	2,9	249,4	ТТК №72	2011
		200	5,6	4,9	8,3	104,8	400	
		50	3,75	1,45	25,7	131		
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9	485,2		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №358	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП С КРУПЯН НА БУЛЬОНЕ ТТК №44 ГОЛУБЦЫ ПЕЧЕННЫЕ ТТК №75 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РУКАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
		140/30	12,8	12,3	12,8	217,4	ТТК №75	
		190	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	48,0		
		650	20,6	17,7	64,9	590,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157/350 КАКАО С МОЛОКОМ №397 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 350	2011
		200	3,9	3,3	18,7	113,2	397	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за день:		470	30,5	24,5	77,0	688,0		
Повар			78,6	68,3	219,8	1 835,2		





**ВЕЩЕСТВЕННЫЙ КОМПОНЕНТ РАЦИОНА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ, 12 МЕСЕЦЕВ РАЦИОНА БУДУЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ**  
**Весна-Лето**

Дети детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 месяцев рацион будущего поколения

Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ Детский сад № 65А  
*Ирина Николаевна*

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 День 3	Завтрак	Каша жидкая (манная) ТТК №83	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
		Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4		
		Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		Яйца вареные №213	45	5,6	5,0	0,3	69,9	213	
2 завтрак	Сок яблочный-виноградный-яблочный-абрикосовый №398	445	14,4	9,8	51,8	351,7		2011	
Обед	Огурек свежий	200	1,0	0,2	19,6	83,4		2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	50	0,4	0,1	1,3	7,0		
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (овощная) ТТК №79	180/10	1,7	5,1	9,2	94,3	ТТК №28	
		Чай с лимонным №393	180	10,0	6,8	25,3	216,8	ТТК № 79	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7		
		ХЛЕБ РЖАНОМ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		647	16,4	12,5	72,9	486,4			
		Уплотненный полдник	Пюре из моркови или свеклы (свежая) №324	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324
Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №319/324	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №31, 324	2011	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (гречневая) №168	130	7,0	4,8	32,0	203,0	168	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 день:		630	24,5	23,6	101,0	731,6			
Товар			56,3	46,1	244,9	1 653,1			



ЕЖЕГОДОВЫЕ 20 лет СТЕПЕНОЕ ШЕДЕО

Весна-Лето

Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовый рабочий фонд индивидуальности

Согласовываю  
Заведующий *Иван Р. Килишевский*  
МОУ Детский сад № 25  
Сад № 25

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЕЦЕПЦИЯ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	129,3	ТТК №106	2011
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
		400/15	6,4	0,1	19,5	192,3	3	
		420	14,4	15,2	48,6	395,2		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №068	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 СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4	ТТК №47	2011
		180/10	2,3	5,1	7,6	80,8	ТТК №47	
		150	17,8	18,7	15,6	287,3	ТТК №7	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	24,9	22,4	67,7	582,0		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СЫРОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКАЯ) ТТК №151/№351	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151/351	2011
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
		50	4,0	3,0	28,8	165,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	37,3	27,8	68,8	693,4		
Всего за день:			77,4	68,2	204,1	1 761,6		

Поезд





**ДЕЖУРНЫЕ ЛИСЕ 20-ти ДНЕВНОГО ШЕДЕНА**  
**Весна-Лето**

*Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовый режим индивидуализация*

Согласовываю  
 Заведующий *Ирина Владимировна*  
 МОУ Детский сад № 56/1  
*Ирина Владимировна*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ХАККАЯ (ЕРКУПЕСОВАЯ) ТТК №104	180	7,8	5,5		29,0	197,8	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4		17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДИЛОМ №2	305/20	2,3	3,7		27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		435	13,2	11,5		73,5	457,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №359	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 КХБ ТТК №67	180	2,3	2,5		13,9	86,2	ТТК №67	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2		24,8	499,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0		25,7	102,5	393	2011
	ХЛЕБ РЖАНОИ	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		
Уплотненный полдник	ИЩРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5		3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ СМОТЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	70	9,5	6,9		6,8	135,8	ТТК №77	
	НАПИТОК ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	130	2,8	4,1		15,9	116,8	151	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА №366	180	0,6	0,3		18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2		20,1	94,7		
Итого за день:		470	17,0	19,0		64,8	495,1		
Поезд			68,1	64,0		257,7	1 914,9		



Утверждение рецепта

№ *ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ 20 на ДИЕТНОЕ ЛИЦО*  
 Векна-Лето

Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовый режим функционирования

Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ *детский сад № 36А*

*Иван Р. М. Шибанов*  
 Сад № 36А

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборники рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (МАНИЛА) ТТК №63	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №63		
		180	8,0	4,4	8,3	94,3	400	2011	
		30	2,3	0,9	15,4	78,6			
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
		400	16,9	12,9	55,1	400,6			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛЬПЕСИН) №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	СУП С КЛЕЖКАМИ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №201	50	0,4	0,1	1,3	7,0			
		200/20/10	2,7	4,7	12,1	108,9	ТТК №201		
		140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	378	2011	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
		770	23,4	18,5	88,6	630,5			
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152/№350	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 350	2011	
		ЧАЙ С ЛИМОННОМ №339	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0		
		ВАТРУШКА С ПОСЫПКОМ №458	75	5,0	2,8	52,7	258,4	458	2011
		Итого за Уплотненный полдник		492	25,8	21,0	112,1	748,4	
Итого за день:			86,9	52,9	274,8	1 870,8			

Повар



Утверждаю



Весна-Лето

Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, на 100% из пищевой группы углеводородной

Согласовано  
Заведующий  
МНУ *Семейский ЦРБ*  
*Иванова*  
СЗД № 35

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	БИРА КАЗАХОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,8	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	15,3	18,9	2,9	248,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ/ПЕЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ №399	430	18,7	24,3	32,0	428,9		
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,5	83,4	399	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	200	1,0	0,2	19,5	83,4		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №292	50	0,6	0,1	1,9	12,0		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №419/48	180/25	6,6	6,3	12,8	134,5	ТТК №202	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150/30	15,2	9,0	33,5	287,2	ТТК №84, 348	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Уплотненный полдник	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ ТТК №73	655	28,1	15,9	86,1	611,4		
Уплотненный полдник	ЛИФЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК №73	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	БАТОН	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за день:		20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Повар		450	20,8	13,7	66,5	481,4		
			85,6	54,1	204,2	1 603,1		



ФЕДЕРАЛЬНОЕ НАУЧНОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЕТЕРИНАРНО-САНИТАРНОЙ СЛУЖБЫ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 месяцев жизни и учащихся детских

Согласовано  
Заведующий  
МОУ Детский сад № 36а  
*Людмила Шилба*

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) ТТК №104 КОМО С МОЛОКОМ №397 БАТОН ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011	
		180	3,6	3,0	15,0	101,9	397		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		45	6,5	5,0	0,3	66,6	213		
Итого за завтрак		425	18,4	14,1	54,8	420,5			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №366	200	0,8	0,0	19,0	91,2	366	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ №20 ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯС СО СМЕТАНОЙ ТТК №47 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №7 ЧАЙ С ЛИМОННОМ №93 ХЛЕБ РУСОЧНОЙ	50	0,6	2,4	4,5	44,1	20	2011	
		180,5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47		
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №7		
		100/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,8		2011	
Уплотненный полдник	ГЕФЕЛИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №206 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЕЛЮЩИЯ ОСЕННЯЯ №78	70/90	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	206		
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398		
		80	3,8	0,3	25,1	118,4			
Итого за Уплотненный полдник		50	3,6	5,3	28,0	169,1	478	2011	
Итого за день:		510	23,1	22,7	112,1	769,5			
Повар			65,7	61,6	239,4	1 814,8			





Для детей дошкольного возраста 7-7 лет на основе рекомендаций УИИИ

Весна-Лето

Согласовано  
Заведующий  
МОУ Детский сад № 56а  
*Иванов П. П.*

Пром пища	Пром пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105 МОЛОКО КИРПИЧНОЕ №400	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
		БАТОН	180	5,0	4,4	8,3	94,3		400
		Итого за завтрак	30	2,3	0,8	15,4	78,5		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №999	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
		400	17,9	12,5	59,4	422,7			
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОФЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №69 КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДУЖЕНА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		2011	
		50	0,7	2,9	4,1	45,8	33		
		150	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК №28		
		180	19,6	11,4	16,9	275,5	ТТК №66		
		Итого за обед	50	0,1	0,0	25,7	102,6		383
Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,3	0,4	21,2	102,0		2011	
		640	1,5	0,1	9,7	48,0			
Итого за Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКОМ) ТТК №151№351	640	26,9	19,9	86,8	667,8		2011	
		150150	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 351		
Всего за день:	КЕФИР №401 БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №67	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011	
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
Итого за день:		490	37,4	28,7	68,1	699,8		2011	
Повар			83,2	61,3	233,9	1 873,5			













Утверждено  
 Для доставки в отдел питания  
 Ветеринарно-лабораторный центр  
 Ветеринарно-лабораторный центр  
 Ветеринарно-лабораторный центр  
 Ветеринарно-лабораторный центр

Согласовано  
 Заведующий  
 Ильяшова И.  
 556

Прием пищи	Неделя 3 День 13	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Липидные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак		КАША ЖИРНАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №94	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	457,7		
2 Запрос		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №99	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		Итого за 2 запрос	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		СУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
		СУТ С МАКОРОНИКАМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ ТТК №98	50	0,4	0,1	1,3	7,0		
		ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (гаварма) ТТК №95	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №98	
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ №398	70/30	10,3	12,4	11,0	206,3	ТТК №95	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	130	2,9	4,9	12,5	105,9	335	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	379	2011
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Уплотненный полдник		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	720	21,9	20,1	89,6	637,2		
		КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №92	150	3,2	4,7	19,3	134,2	151	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150/10	0,1	0,0	9,0	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник		БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №178	30	2,3	0,2	16,1	71,0		
		Итого за Уплотненный полдник	50	3,5	0,3	26,8	109,1	478	2011
Всего за день:			600	20,9	16,8	73,1	536,3		
Повар				57,1	47,3	259,4	1 714,6		







Утверждено директором  
Федерального научного центра  
по безопасности пищевых продуктов  
и потребительскому благополучию  
15.08.2011

Зав. Делом: *Татьяна Владимировна Королёва*

Визит-Лето

Согласовано  
Заведующий кафедрой  
и методологической  
работы *Геннадий Сергеевич*

Секретарь *Ирина Владимировна*



Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РЕЦЕПТОВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011	
		40	3,0	1,2	20,6	104,6			
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АЛПЕЙСКИЕ) №371	200	0,8	0,6	19,0	91,2	371	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	МИКС КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С КРУПНОЙ НА К/Б ТТК №44	50	1,0	4,5	3,9	55,5	ТТК №44		
		180	2,2	1,9	12,9	78,0	488,1	ТТК №67	
		150	28,9	31,2	24,8	488,1	ТТК №67		
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	303	2011	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		20	1,5	0,1	9,7	45,0			
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	807,2			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ БЛЮЧКИ ШИШКЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №34	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
		150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
		50	3,5	5,3	25,8	169,1	478	2011	
Итого за полдник		487	20,4	26,6	77,8	650,9			
Итого за день:			71,9	75,9	247,8	1 936,9			



Департамент Роспотребнадзора по Республике Татарстан  
 Ижевск-Ленин

Согласовано  
 Заведующий  
 МОУ Детский Дом-интернат №1  
 Ижевск-Ленин  
 08.08.2011  
 362

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ ПШЕНИЧНАЯ ТТК №105	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
	КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ №358	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395		
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	300/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		
	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) №369	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 СВЕЖИИ	50	0,4	0,1	1,3	7,0	ТТК №47	2011	
	ШИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ 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 СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №375	180	0,0	0,0	14,0	65,8	376		
	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		600	19,4	17,7	54,2	466,1			
Уплотненный полдник	СУХОЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7			
	БЛЮЧКА ВАНИЛЬНАЯ №167	60	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
Итого за Уплотненный полдник		490	21,8	14,8	80,4	548,4		2011	
Всего за день:			57,2	44,0	244,1	1 621,3			

Повар











Директор ФГБУ «ВНИИОИ»  
 Д.С. Давыдов

Согласовано  
 Давыдов Д.С.  
 Руководитель отдела  
 НИИ питания  
 Д.С. Давыдов  
 09.08.2011

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур			
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАМАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №65	180	5,2	4,3	17,9	131,1	ТТК №65	2011			
		180	5,0	4,4	8,3	84,3	400				
		405/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3				
		420	18,8	18,8	45,3	407,7					
		Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4		399		
		Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4				
		Обед	ОУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	0,1	1,3		7,0	ТТК №4	2011
				180	2,2	2,0	12,2		77,2	ТТК №4	
				150/50	11,0	9,8	29,2		263,1	ТТК №/9, 360	
				180	0,0	0,0	14,0		55,6	378	
40	2,6			0,4	17,0	81,6					
20	1,5			0,1	9,7	48,0					
670	17,7			12,2	83,4	530,7					
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №158/350	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №158, 360	2011			
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401				
		50	3,8	1,5	25,7	131,0					
		50	3,5	5,3	26,8	109,1	478				
Итого за Уплотненный полдник	500	37,2	30,5	98,9	838,3						
Итого за день:		72,8	59,7	247,2	1 857,1						
Повар											

