

Приложение 1

к дополнительному соглашению
к контракту на оказание услуг по организации питания



Исполнитель	Согласовано
Заказчик	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Хлебобулочный с крупой (рисовой)	180					Сборник рецептов или ТТК
Молоком или сливками	200					
Маслом	30/10					
Прием пищи:	420	9,7	14,4	45,8	361,1	
2 Завтрак						
Сортименте	200			0,00		Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	200	1	0,2	19,6	83,4	
Обед						
Из белокочанной капусты	50					Сборник рецептов или ТТК
Макаронными изделиями на м/б по-домашнему	180					
Из сушеных фруктов	150					
Яблочной	180					
Овощный	50					
Прием пищи:	630	26,1	21,7	79,5	624,4	
Полдник						
Ванильная	50					Сборник рецептов или ТТК
Из повидла, джема, варенья	200					
Прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
Рубленая из птицы	70					Сборник рецептов или ТТК
Картофельное	130					
Харом, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10					
Овощный	50					
Прием пищи:	450	18,1	15,8	64,9	480,1	
2 Ужин						
Хлебобулочный продукт	180					Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого:		64,2	60,4	274,1	1 922,8	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ПРИРОДА	150					
ПРИРОДА КИПЯЧЕНОЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
	50					Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	400	24,7	25,3	37,9	485,2	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
СВЕЖИЕ	200					
Прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
В СВЕКЛЫ	50					
УПЮЙ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ	140/30					Сборник рецептов или ТТК
ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	650	20,6	17,7	84,9	590,8	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50					
ПЕЧЕНЬЕ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
ПЕЧЕНЬЕ С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60					
МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Прием пищи:	450	29,0	22,5	62,1	584,6	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Итого:		84,1	75,6	257,9	2 092,2	



директор
руководитель

М.П.



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					
САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ВАРЕНЬЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
и прием пищи:	45					Сборник рецептов или ТТК
	445	14,4	9,8	51,8	351,7	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					
и прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ПО СЕЗОНУ	50					
КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					Сборник рецептов или ТТК
СЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЮ	20					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
и прием пищи:	647	16,4	12,5	72,5	486,4	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
ПЕЧЕНЬЮ	50					
КАПУСТОЙ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
и прием пищи:	250	6,8	7,4	52,8	305,8	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	130					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	180					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					Сборник рецептов или ТТК
и прием пищи:	530	24,5	23,6	101,0	731,6	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	180					
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТОЙ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)		68,2	57,9	304,7	2 051,4	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ТИМОНОМ	180/10/7					
РОД С СЫРОМ	40/5/15					
прием пищи:	437	11,9	12,9	44,6	349,3	
2 Завтрак						
ССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
РТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА М/Б	180					
И С СОУСОМ (говядина)	70/30					
ННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					
ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					
САННОЙ	40					
ЕНИЧНЫЙ	20					
прием пищи:	730	24,7	21,3	100,2	707,9	
Полдник						
А ВЕСНУШКА	50					Сборник рецептов или ТТК
ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					
прием пищи:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин						
РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
РТОФЕЛЬНОЕ	130					
МОНОМ	180/10/7					
прием пищи:	447	17,8	16,8	63,1	481,9	
2 Ужин						
ОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого:		64,6	58,6	292,5	1 989,9	



директор
инициатор



Руководитель

М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
МЯСНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					
ХЛЕБ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					
прием пищи:	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНОЧКА С ПТОФЕЛЬНЫМ НА К/Б	180					
СОУП ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					
ПЕЧЕНАЯ КАША ПШЕНИЧНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
прием пищи:	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
Полдник						
ПЕЧЕНАЯ ПИЦЦА	50					Сборник рецептов или ТТК
СОУП С МОЛОКОМ	200					
прием пищи:	250	7,7	8,2	53,7	321,1	
Ужин						
САЛАТ С АБАЧКОВОЙ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНАЯ КАША ИЗ РЫБЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70					
СОУП С ПЕЧЕНОЧКОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С ПЕЧЕНОЧКОЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					
ПЕЧЕНАЯ КАША ПШЕНИЧНАЯ	40					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	490	17,0	16,0	64,8	495,1	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
день:		80,9	76,6	318,4	2 328,5	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
БИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	30					Сборник рецептов или ТТК
ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	
2 Завтрак						
ПЕЧЕНЬ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
ПЕЧЕНЬ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ КАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	720	23,4	16,0	91,0	612,9	
Полдник						
ПЕЧЕНЬ А ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ АХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	
Ужин						
ПЕЧЕНЬ ПИЦКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60					Сборник рецептов или ТТК
БИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ШЕНИЧНЫЙ	45					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	452	22,8	19,0	72,3	558,7	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
день:		68,4	52,2	284,8	1 910,0	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САХАРОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
НАТУРАЛЬНЫЙ	150					
САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
	30					
прием пищи:	430	18,7	24,3	32,0	426,9	
2 Завтрак						
ССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25					
ОМЛЕТ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30					
САХАРОМ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					
САХАРОМ	40					
прием пищи:	655	25,1	15,9	86,1	611,4	
Полдник						
САХАРОМ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50					Сборник рецептов или ТТК
	200					
прием пищи:	250	4,5	5,2	57,3	306,6	
Ужин						
ПЕЧЕНЬ В ОМЛЕТЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ	150					
САХАРОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					
	40					
прием пищи:	460	20,4	12,7	59,7	443,7	
2 Ужин						
САХАРОМ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого:		74,8	62,7	261,7	1 964,5	



руководитель
лаборатории
К.В. Тюрина
и.п.



руководитель
лаборатории
Заварзин
и.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					
С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
ВАРЕННЫЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
а прием пищи:	45					Сборник рецептов или ТТК
	425	18,4	14,1	54,6	420,5	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
а прием пищи:	200					
	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					
СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	180/5					Сборник рецептов или ТТК
Е ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептов или ТТК
ТИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
КАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
а прием пищи:	622	23,4	24,0	53,7	533,4	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
А ОСЕННЯЯ	50					
САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
а прием пищи:	250	3,6	5,3	36,6	208,5	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
С СОУСОМ (говядина)	70/30					
ННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
К ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
а прием пищи:	460	19,6	17,4	85,3	600,4	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
ОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
а прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
а прием пищи:		70,9	66,0	256,2	1 946,5	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					
КО КИПЯЧЕНОЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
(ПОРЦИЯМИ)	30					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	10					Сборник рецептов или ТТК
	400	17,9	12,5	59,4	422,7	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					
на прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ИЗ СВЕКЛЫ	50					
С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
АНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
Ь ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ЖАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	640	26,9	19,9	86,8	667,6	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
СА ВАНИЛЬНАЯ	50					
САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
НКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	150/60					
К ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептов или ТТК
ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	450	31,7	20,8	72,7	631,0	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
на прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
день:		86,8	61,7	284,2	2 103,9	



полнитель
ководитель
М.п.

М.В. Тюрина



Заведующий

М.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
САБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
НАТУРАЛЬНЫЙ	150					
МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					
	30					
прием пищи:	430	21,6	26,8	37,8	484,8	
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	180					
ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					
Г ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					
КАНОЙ	40					
ПЕНИЧНЫЙ	50					
прием пищи:	670	23,9	16,4	88,8	600,4	
Полдник						
ЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					
прием пищи:	250	6,9	7,3	54,2	311,6	
Ужин						
Ы, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
АССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					
АХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
ЕНИЧНЫЙ	30					
прием пищи:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
день:		80,6	76,1	280,2	2 152,0	



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	180					Сборник рецептов или ТТК
Чайный напиток с молоком	180					
Хлебобулочное изделие с маслом	35/10					
Итого за прием пищи:	405	9,9	14,1	48,1	368,6	
2 Завтрак						
Молоко свежие	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
Суп овощной по сезону	50					Сборник рецептов или ТТК
Картофельный на бульоне	180					
Салатик с мясом или печенью (печень)	150					
Салат томатный	30					
Фрукты из свежих плодов	180					
Макароны	50					
Хлеб пшеничный	30					
Итого за прием пищи:	670	23,9	11,9	106,5	653,9	
Полдник						
Пудинг ванильный	50					Сборник рецептов или ТТК
Компот из повидла, джема, варенья	200					
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
Суп овощной или морковный (морковный)	50					Сборник рецептов или ТТК
Суп рубленый из птицы с соусом сметанным с томатом	70/50					
Картофельное пюре	150					
Салат с овощами	180/10/7					
Хлеб пшеничный	35					
Итого за прием пищи:	552	19,5	20,7	69,7	556,8	
2 Ужин						
Молокопродукт	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		63,4	55,8	307,6	2 044,3	



Исполнитель
Составитель
Т.В. Тюрина



Исполнитель
Составитель
Т.В. Тюрина

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ВАРЕНЬЕ	45					
КО КИПЯЧЕНОЕ	180					
Чай	20					
на прием пищи:	425	19,3	14,2	50,3	406,6	
2 Завтрак						
ПИЦЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед						
СУП ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/10					
ПЕЧЕНЬЕ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80					
ПЕЧЕНЬЕ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					
СОУС ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					
САЛАТ ОВОЩНОЙ	50					
на прием пищи:	750	27,3	28,4	111,5	823,8	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ ПИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
на прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9	
Ужин						
ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С ЛИМОНОМ	180/10/7					
ПЕЧЕНЬЕ ПШЕНИЧНЫЙ	45					
на прием пищи:	452	27,9	18,5	73,3	582,4	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
на прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
на день:		84,2	70,9	321,0	2 290,2	



Исполнитель
Руководитель
К.В. Тюрина
М.П.



Исполнитель
Руководитель
Владимир
М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

13 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					
БРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					
за прием пищи:	415	13,3	10,2	77,1	457,7	
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
И ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					
СЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					
СТА ТУШЕНАЯ	130					
ОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					
ОМЖАНОЙ	50					
ПШЕНИЧНЫЙ	30					
за прием пищи:	720	21,9	20,1	89,6	637,2	
Полдник						
КА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					
за прием пищи:	250	4,2	5,6	46,9	267,2	
Ужин						
ИЗ РЫБЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
ФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150					
САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
ПШЕНИЧНЫЙ	30					
КА ОСЕННЯЯ	50					
за прием пищи:	450	20,9	16,8	73,1	536,3	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
за день:		66,4	57,3	313,3	2 074,3	



Исполнитель
Руководитель

К.В. Тюрина



Руководитель

Заказчик

м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

14 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					
ХЛЕБ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	20					
за прием пищи:	420	17,9	24,0	26,9	400,7	
2 Завтрак						
САЛАТ АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
СУП ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	180					
ПЕЧЕНЬЕ ЛЕНИВЫЕ	140/50					
СОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					
ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ И ПИЦЦА С ПИЦЦАНОЙ	40					
ПЕШЕНИЧНЫЙ	20					
за прием пищи:	660	20,0	17,5	71,7	538,5	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ КА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
СОК С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
за прием пищи:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	
Ужин						
ПЕЧЕНЬЕ БЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ ДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30					
ПЕЧЕНЬЕ СЫРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					
СОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					
ПЕШЕНИЧНЫЙ	30					
за прием пищи:	490	20,4	20,4	78,2	600,9	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
за день:		68,6	70,4	242,1	1 922,7	



Исполнитель
Руководитель
М.П. К.В. Тюрина



Руководитель
М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

15 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ПОРЦИЯМИ)	180					Сборник рецептов или ТТК
Чайный напиток с молоком	10					Сборник рецептов или ТТК
Чай	200					Сборник рецептов или ТТК
Сок	40					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	430	13,7	11,4	52,8	369,6	
2 Завтрак						
Печенье свежие	200					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КРУПОЙ НА К/Б	50					Сборник рецептов или ТТК
Суп из птицы	180					Сборник рецептов или ТТК
Салат из помидор, джема, варенья	150					Сборник рецептов или ТТК
Пюре из картофеля	180					Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50					Сборник рецептов или ТТК
Сок	20					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	630	37,0	38,1	98,2	887,2	
Полдник						
Печенье осенняя	50					Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками	200					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	250	6,5	7,8	42,4	266,4	
Ужин						
Печенье, биточки, шницели рубленые	170					Сборник рецептов или ТТК
Суп овощной (3 вариант)	150					Сборник рецептов или ТТК
Салат с лимонами	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	35					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	452	17,3	21,3	53,5	493,7	
2 Ужин						
Молокопродукт	180					Сборник рецептов или ТТК
за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
за день:		80,4	83,8	272,9	2 200,6	

Исполнитель
Руководитель

м.п.



К.В. Торина

Руководитель

Заказчик

м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

16 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
Чай	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	455	15,2	10,9	90,5	525,6	
2 Завтрак						
КОФЕИНЫЕ НАПИТОК СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
КАША ПШЕНИЧНАЯ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ИЗ ПИЦЦАРИИ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	600	19,4	17,7	54,2	456,1	
Полдник						
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ВАНИЛЬНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ИЗ РЫБЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ИЗ КАРТОФЕЛЬНОГО	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ НАПИТОК ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	460	18,1	11,4	54,4	400,6	
2 Ужин						
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ МОЛОЧНЫЙ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		62,8	49,1	282,4	1 847,3	

Исполнитель
Руководитель



"Алеко"
 ООО с ограниченной ответственностью
 ОГРН 1033400763820

И.В. Тюрина
м.п.



 ООО с ограниченной ответственностью
 ОГРН 1033400763820

И.В. Тюрина
м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

17 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					
ПЕЧЕНЬЕ С СЫРОМ	30/5/10					
за прием пищи:	405	9,8	16,2	57,0	425,4	
2 Завтрак						
АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
СО СМЕТАНОЙ	180/5					
КОТЛЕТКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30					
ХЛЕБНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					
СОУС ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					
ПЕЧЕНЬЕ СЛИВОЧНОЕ	40					
за прием пищи:	685	21,2	24,6	93,7	695,4	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
за прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9	
Ужин						
ПЕЧЕНЬЕ СЛИВОЧНОЕ	150/60					Сборник рецептур или ТТК
С ЛИМОНОМ	180/10/7					
ПЕЧЕНЬЕ	145					
за прием пищи:	452	31,7	22,6	63,2	599,3	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
за день:		72,7	72,9	287,5	2 143,9	



Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

18 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
А ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ (ПОРЦИЯМИ)	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ОН	10					Сборник рецептов или ТТК
ОН	25					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	12,1	9,2	51,2	337,0	
2 Завтрак						
В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
СТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	1,0	38,6	174,6	
Обед						
АТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА К/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
В ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
МОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
РЖАНОЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Полдник						
ЧКА ВЕСНУШКА	50					Сборник рецептов или ТТК
ЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин						
ЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	170/30					Сборник рецептов или ТТК
АРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	447	16,9	16,9	61,8	481,4	
2 Ужин						
ОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		78,0	73,6	303,2	2 217,6	

Исполнитель
Руководитель
М.П. К.В. Тюрина

Исполнитель
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

19 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
СЫРОМ	40/5/15					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	420	16,6	16,8	45,3	407,7	
2 Завтрак						
В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ПИЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ*	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	670	17,7	12,2	83,4	530,7	
Полдник						
КОФЕ ЧАШКА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	3,6	5,3	55,2	283,1	
Ужин						
КОМПОТ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50					Сборник рецептов или ТТК
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	450	28,2	20,3	74,1	602,8	
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		72,2	59,2	284,6	2 000,2	



Исполнитель
Руководитель
К.В. Тюрина
М.П.



Исполнитель
Руководитель
З.З.З.
М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

20 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ПА ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
МЛЕЧНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					
ХЛЕБ	50					
Итого за прием пищи:	430	15,2	8,1	78,5	447,5	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
ПЕЧЕНЬКИ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
САЛАТ КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180					
ХЛЕБ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
СУП ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬКА ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700	22,4	29,9	96,4	762,3	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
ПЕЧЕНЬКИ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬКИ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					
Итого за прием пищи:	250	6,8	7,4	52,8	305,8	Сборник рецептов или ТТК
1 Ужин						
ПЕЧЕНЬКИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	120/50					
ПЕЧЕНЬКИ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	450	20,0	25,6	49,5	514,4	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		70,3	76,2	303,2	2 213,7	
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	
Итого за период		1 462,5	1 317,0	5 732,5	41 416,5	
Среднее значение за период		73,1	65,8	286,6	2070,8	



Исполнитель
Руководитель К.В. Тюрина

Руководитель Зинаидка

М.П.