

Приложение 1
к Дополнительному соглашению
к контракту на оказание услуг по организации питания

| | |
|-------------|-------------|
| Утверждаю | Согласовано |
| Исполнитель | Заказчик |



Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 420 | 9,7 | 14,4 | 45,8 | 361,1 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 630 | 26,1 | 21,7 | 79,5 | 624,4 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ВАМЕРЬЯЛА | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 22,2 | 19,7 | 93,8 | 647,4 | |
| Всего за день: | | 59,0 | 56,0 | 238,7 | 1 716,3 | |



Руководитель _____ м.п.



Исполнитель _____ м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | | |
| Завтрак | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ | 200 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 50 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 400 | 24,7 | 25,3 | 37,9 | 485,2 |
| 2 Завтрак | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ | 180 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140/30 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 650 | 20,6 | 17,7 | 84,9 | 590,8 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/60 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 470 | 30,5 | 24,5 | 77,0 | 668,0 |
| Всего за день: | | 76,6 | 68,3 | 218,8 | 1 835,2 |



Исполнитель
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

5 Вариант

| Применение пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 435 | 13,2 | 11,6 | 73,5 | 457,4 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 630 | 36,9 | 36,2 | 99,8 | 879,0 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 130 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 470 | 17,0 | 16,0 | 64,8 | 495,1 | |
| Всего за день: | | 68,1 | 64,0 | 257,7 | 1 914,9 | |



Исполнитель
Руководитель

М.П.

К.В. Тюфяков

033400



Руководитель
Заказчик

М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 417 | 12,1 | 8,1 | 56,8 | 348,0 | Сборник рецептур или ТТК |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | Сборник рецептур или ТТК |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 720 | 23,4 | 16,0 | 91,0 | 612,9 | Сборник рецептур или ТТК |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 467 | 24,9 | 22,1 | 88,3 | 659,3 | Сборник рецептур или ТТК |
| Всего за день: | | 61,2 | 47,0 | 255,1 | 1 711,4 | |



Исполнитель
Руководитель



Исполнитель
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 430 | 18,7 | 24,3 | 32,0 | 426,9 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180/25 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 150/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 655 | 25,1 | 15,9 | 86,1 | 611,4 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 450 | 20,8 | 13,7 | 66,5 | 481,4 | |
| Всего за день: | | 65,6 | 54,1 | 204,2 | 1 603,1 | |



Исполнитель _____
Руководитель _____
М.П. _____
К.В. Торкина



Руководитель _____
М.П. _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

8 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| | Масса порции | Белки, г | Жиры, г | | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 20 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 45 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 425 | 18,4 | 14,1 | 54,6 | 420,5 |
| 2 Завтрак | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 622 | 23,4 | 24,0 | 53,7 | 533,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) | 70/30 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ | 50 | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 510 | 23,1 | 22,7 | 112,1 | 769,5 |
| Всего за день: | | 65,7 | 61,6 | 239,4 | 1 814,6 |



Исполнитель
Руководитель

К.В. Тюрина



Руководитель
Заказчик
М.п.

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МОЛОКО КИпяЧЕНОЕ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 400 | 17,9 | 12,5 | 59,4 | 422,7 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | Сборник рецептов или ТТК |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 640 | 26,9 | 19,9 | 86,8 | 667,6 | Сборник рецептов или ТТК |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) | 150/50 | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 450 | 37,4 | 28,7 | 68,1 | 699,8 | |
| Всего за день: | | 83,2 | 61,3 | 233,9 | 1 873,5 | |



Исполнитель: [Signature]
 Руководитель: [Signature]

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

10 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 430 | 21,6 | 26,8 | 37,8 | 484,8 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 670 | 23,9 | 16,4 | 88,8 | 600,4 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 450 | 22,1 | 21,0 | 72,8 | 579,3 | |
| Всего за день: | | 68,6 | 64,4 | 219,0 | 1 747,9 | |



Исполнитель: К.В. Тюрица
Руководитель: _____
М.П. ОГРН 10334010563870



Руководитель: _____
М.П. ОГРН 10334010563870

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**
11 Вариант

| Прем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 405 | 9,9 | 14,1 | 48,1 | 368,6 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 670 | 23,9 | 11,9 | 106,5 | 653,9 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 70/50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 602 | 23,6 | 24,6 | 98,6 | 724,1 | |
| Всего за день: | | 58,2 | 51,4 | 272,2 | 1 837,8 | |



Исполнитель
Руководитель

К.В. Тюрин



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

12 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ | 45 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 425 | 19,3 | 14,2 | 50,3 | 406,6 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ | 110 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 80 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЧНЕВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ-ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 750 | 27,3 | 28,4 | 111,5 | 823,8 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) | 150/50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 450 | 33,6 | 24,9 | 78,1 | 686,0 | |
| Всего за день: | | 80,9 | 68,0 | 271,8 | 2 053,4 | |



Исполнитель
Руководитель

К.В. Горина



Руководитель
М.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

13 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 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 415 | 13,3 | 10,2 | 77,1 | 457,7 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | Сборник рецептов или ТТК |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) | 70/30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 720 | 21,9 | 20,1 | 89,6 | 637,2 | Сборник рецептов или ТТК |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 20,9 | 16,8 | 73,1 | 536,3 | |
| Всего за день: | | 57,1 | 47,3 | 259,4 | 1 714,6 | |



Исполнитель
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 420 | 17,9 | 24,0 | 26,9 | 400,7 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140/30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 640 | 19,6 | 16,7 | 70,3 | 521,5 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) | 70/30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 490 | 23,4 | 21,9 | 101,5 | 718,3 | |
| Всего за день: | | 61,9 | 62,8 | 218,3 | 1 723,9 | |



Исполнитель
Руководитель _____ м.п.
К.В. Торина
7 70334001



Руководитель _____ м.п.
Заказчик
19.10.2019

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

15 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|-------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 40 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 430 | 13,7 | 11,4 | 52,8 | 369,6 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | |
| Обед | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП С КРУПНОЙ НА К/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 630 | 37,0 | 38,1 | 98,2 | 887,2 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 497 | 20,4 | 26,6 | 77,8 | 650,9 | |
| Всего за день: | | 71,9 | 76,9 | 247,8 | 1 998,9 | |



Исполнитель
Руководитель _____
М.П.



Исполнитель
Руководитель _____
М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 рецептур или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 455 | 15,2 | 10,9 | 90,5 | 525,6 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 600 | 19,4 | 17,7 | 54,2 | 456,1 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУЛУЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 490 | 21,8 | 14,6 | 80,4 | 548,4 | |
| Всего за день: | | 57,2 | 44,0 | 244,1 | 1 621,3 | |



Исполнитель
Руководитель _____ м.п.



Руководитель _____ м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/5/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 405 | 9,8 | 16,2 | 57,0 | 425,4 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 685 | 21,2 | 24,6 | 93,7 | 695,4 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 480 | 39,0 | 30,3 | 80,8 | 772,4 | |
| Всего за день: | | 71,0 | 71,3 | 251,1 | 1 976,6 | |



Исполнитель
Руководитель



Исполнитель
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

18 Вариант

| Примем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180/5 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 25 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 420 | 12,1 | 9,2 | 51,2 | 337,0 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 400 | 1,8 | 1,0 | 38,6 | 174,6 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА К/Б | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 610 | 37,9 | 38,5 | 85,8 | 848,2 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) | 70/30 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 497 | 20,9 | 19,9 | 91,4 | 642,3 | |
| Всего за день: | | 72,7 | 68,6 | 267,0 | 2 002,1 | |



Исполнитель
Руководитель



Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| МОЛОКО КИпяченое | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/5/15 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 420 | 16,6 | 16,8 | 45,3 | 407,7 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 670 | 17,7 | 12,2 | 83,4 | 530,7 | |
| Удлиненный полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БАТОН | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 37,2 | 30,5 | 98,9 | 835,3 | |
| Всего за день: | | 72,5 | 59,7 | 247,2 | 1 857,1 | |



Исполнитель
 Руководитель

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БАТОН | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 430 | 15,2 | 8,1 | 78,5 | 447,5 | |
| 2 Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | |
| Обед | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ 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 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 120/50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| ЧАЙ 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 | |
| Всего за день: | | 58,4 | 64,4 | 243,4 | 1 815,4 | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ккал |
|-----------------------------------|----------------|----------------|----------------|-----------------|
| Итого за период | 1 325,6 | 1 191,0 | 4 892,3 | 36 260,5 |
| Среднее значение за период | 66,3 | 59,5 | 244,6 | 1 813,0 |



Исполнитель
Руководитель _____



Руководитель _____