

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 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

1 Вариант

| Применение пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)                  | 160          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                               | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>350</b>   | <b>9,4</b>       | <b>7,7</b>  | <b>45,4</b>  | <b>312,6</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б               | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>520</b>   | <b>23,5</b>      | <b>21,6</b> | <b>60,1</b>  | <b>531,9</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 15           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>415</b>   | <b>13,7</b>      | <b>15,3</b> | <b>69,9</b>  | <b>456,7</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>47,5</b>      | <b>44,8</b> | <b>193,1</b> | <b>1 376,3</b>                |                              |



Исполнитель  
Руководитель

Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**2 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                              | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                               | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| БАТОН  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>350</b>   | <b>15,8</b>      | <b>13,3</b> | <b>36,2</b>  | <b>374,2</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                               |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                  | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                    |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ                        | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                | 120/15       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 25           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>510</b>   | <b>13,1</b>      | <b>14,5</b> | <b>66</b>    | <b>455,7</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |              |                  |             |              |                               |                              |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 130/60       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТПК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>400</b>   | <b>17,8</b>      | <b>17,1</b> | <b>64,7</b>  | <b>456,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                          |              | <b>47,5</b>      | <b>45,7</b> | <b>185,9</b> | <b>1377,4</b>                 |                              |



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**3 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда                         | Пищевые вещества |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|------------------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|  | Масса порции     | Белки, г    |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>   |                  |             |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                   | 150              |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ       | 180/10           |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 20               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ  | 45               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>405</b>       | <b>13,2</b> | <b>9</b>                      | <b>47,2</b>                  |
| <b>2 Завтрак</b>                                       |                  |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                     | 180              |             |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>180</b>       | <b>0,9</b>  | <b>0,2</b>                    | <b>17,7</b>                  |
| <b>Обед</b>  |                  |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ  |                  |             |                               |                              |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ               | 30               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)  | 150/10           |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 150              |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 150/7/3,5        |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>540</b>       | <b>14,6</b> | <b>12,1</b>                   | <b>59,1</b>                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>                             |                  |             |                               |                              |
| ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)                    | 40               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | 50/30            |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕЧНЕВАЯ)                 | 110              |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 180              |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 30               |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>440</b>       | <b>15,3</b> | <b>17,8</b>                   | <b>82,6</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>                                  | <b>44</b>        | <b>39,1</b> | <b>206,6</b>                  | <b>1373,46</b>               |



Исполнитель  
Руководитель  
М.В. Торина  
м.п.



Исполнитель  
Руководитель  
М.В. Торина  
м.п.

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)                | 150          |                  |             |              |                               |                              |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                    | 150/7/3,5    |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>365</b>   | <b>9,5</b>       | <b>7,1</b>  | <b>45,2</b>  | <b>284,2</b>                  | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |              |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |             |              |                               |                              |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б               | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                      | 50/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ             | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>560</b>   | <b>16,1</b>      | <b>14,5</b> | <b>84,5</b>  | <b>524,7</b>                  | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                 | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>400</b>   | <b>12,5</b>      | <b>14,3</b> | <b>63,1</b>  | <b>414,8</b>                  | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>39</b>        | <b>36,1</b> | <b>210,5</b> | <b>1298,8</b>                 |                              |



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                          |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ         | 30/5/20      |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>355</b>   | <b>11</b>        | <b>10,1</b> | <b>62,2</b>  | <b>387,2</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                        |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                      | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                             |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                         | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б                 | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                           | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>520</b>   | <b>17,9</b>      | <b>20,5</b> | <b>100,4</b> | <b>617,5</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>              |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ        | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ      | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА             | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>410</b>   | <b>10,7</b>      | <b>12,6</b> | <b>54,4</b>  | <b>365,9</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                   |              | <b>40,5</b>      | <b>43,4</b> | <b>234,7</b> | <b>1445,7</b>                 |                              |



Исполнитель  
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                    |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 150/7/3,5    |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                    | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>365</b>   | <b>11,2</b>      | <b>6,4</b>  | <b>59,5</b>  | <b>340,7</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                     | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                   | 120/15       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ                        | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>560</b>   | <b>16,7</b>      | <b>13</b>   | <b>78,9</b>  | <b>507,5</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                        |              |                  |             |              |                               |                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 130/40       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 150/7/3,5    |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                 | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>400</b>   | <b>16</b>        | <b>22,3</b> | <b>89,5</b>  | <b>586,6</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                             |              | <b>44,7</b>      | <b>42,5</b> | <b>246,9</b> | <b>1526</b>                   |                              |



Руководитель: \_\_\_\_\_



Исполнитель: \_\_\_\_\_  
Руководитель: \_\_\_\_\_

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

7 Вариант

| Присм пищи, наименование блюда                           | Пищевые вещества |              |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------------------------|
|  | Масса порции     | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>   |                  |              |              |               |                               |                              |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  | 130              |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ         | 180/10           |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 30               |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                              | <b>350</b>       | <b>10,5</b>  | <b>9,3</b>   | <b>31,7</b>   | <b>298,3</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>   |                  |              |              |               |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                       | 180              |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                              | <b>180</b>       | <b>0,9</b>   | <b>0,2</b>   | <b>17,7</b>   | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>  |                  |              |              |               |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ  | 30               |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                 | 150/15           |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 130/20           |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                  | 150              |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 35               |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                              | <b>530</b>       | <b>19,8</b>  | <b>11,9</b>  | <b>72,1</b>   | <b>495,5</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                               |                  |              |              |               |                               |                              |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                | 50               |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПНОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                       | 110              |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                               | 180              |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 60               |              |              |               |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                              | <b>400</b>       | <b>16,17</b> | <b>16,64</b> | <b>60,74</b>  | <b>396,67</b>                 |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                    |                  | <b>47,37</b> | <b>38,04</b> | <b>182,24</b> | <b>1265,57</b>                |                              |



Исполнитель  
Руководитель М.П.

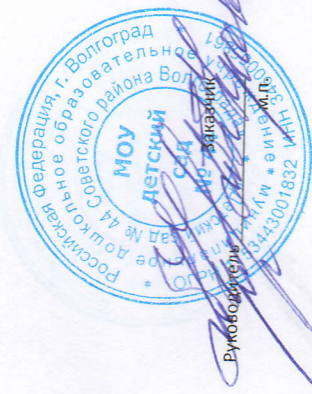
**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)                           | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ  | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>365</b>   | <b>16,5</b>      | <b>12,7</b> | <b>46,3</b>  | <b>364,9</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                     |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ  | 200          |                  |             |              |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Обед</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                      | 30           |                  |             |              |                               |                              |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ | 150/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                                  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>587</b>   | <b>23,6</b>      | <b>21,7</b> | <b>55,2</b>  | <b>519,7</b>                  | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Уплотненный полдник</b>                           |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                          | 50/30        |                  |             |              |                               |                              |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                 | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                          | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>400</b>   | <b>13,5</b>      | <b>12,6</b> | <b>74,2</b>  | <b>467,2</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                |              | <b>54,4</b>      | <b>47,8</b> | <b>194,7</b> | <b>1443</b>                   |                              |



Исполнитель  
Руководитель  
К.В. Гуркина  
м.п. № 1033400263820



Исполнитель  
Руководитель  
К.В. Гуркина  
м.п. № 10334001832



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>355</b>   | <b>16,3</b>      | <b>10,2</b> | <b>61,8</b>  | <b>402,4</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |              |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ         | 150/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                      | 130/5        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>515</b>   | <b>13,5</b>      | <b>19,5</b> | <b>62,3</b>  | <b>527,7</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) | 130/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                            | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>410</b>   | <b>25,4</b>      | <b>20,6</b> | <b>65,4</b>  | <b>625,4</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>56,1</b>      | <b>50,5</b> | <b>207,2</b> | <b>1630,6</b>                 |                              |



Исполнитель  
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 30           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 130          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                       | 150          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 40           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>350</b>   | <b>14,3</b>      | <b>14,6</b> | <b>40,6</b>                   | <b>397</b>                   |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>                   | <b>75,1</b>                  |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б               | 150          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                | 150          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 150          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>540</b>   | <b>15,5</b>      | <b>15,3</b> | <b>66,9</b>                   | <b>450,1</b>                 |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ             | 50           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)           | 120          |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40           |                  |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>400</b>   | <b>15,8</b>      | <b>15,6</b> | <b>73,7</b>                   | <b>487,56</b>                |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>46,5</b>      | <b>45,7</b> | <b>198,9</b>                  | <b>1409,76</b>               |



Исполнитель  
Руководитель  
К.В. Торина



Руководитель  
К.В. Торина

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**  
11 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)                       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                             | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)   | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>350</b>   | <b>10,4</b>      | <b>8,5</b>  | <b>46,8</b>  | <b>307,7</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ  | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ                            | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)                 | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>520</b>   | <b>20,1</b>      | <b>10,4</b> | <b>80,2</b>  | <b>515,7</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                             |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)              | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ | 50/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                      | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                      | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>487</b>   | <b>15</b>        | <b>18</b>   | <b>79,7</b>  | <b>518,5</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                  |              | <b>46,3</b>      | <b>37,7</b> | <b>225,7</b> | <b>1433,1</b>                 |                              |



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ  | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ   | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>365</b>   | <b>17,4</b>      | <b>12,7</b> | <b>44,4</b>  | <b>362,6</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ                               | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>110</b>   | <b>0,7</b>       | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>  | <b>137,0</b>                  |                              |
| <b>Обед</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ              | 150/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ                        | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)                     | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>520</b>   | <b>15,2</b>      | <b>21,5</b> | <b>79,2</b>  | <b>564,96</b>                 |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) | 130/40       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                                      | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                                       | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>410</b>   | <b>22,5</b>      | <b>22</b>   | <b>77,4</b>  | <b>645,2</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                      |              | <b>55,8</b>      | <b>56,7</b> | <b>232,9</b> | <b>1709,76</b>                |                              |



Исполнитель  
Руководитель

К.В. Тюрина

№10/33340263820



Руководитель

№10/33340263820

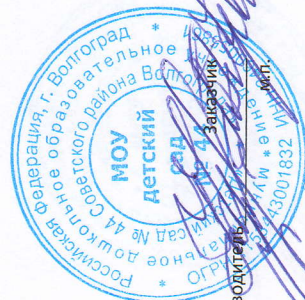
**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

13 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |             |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                          | 150          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                       | 160          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 50           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>360</b>   | <b>13,6</b>      | <b>7,4</b>  | <b>63,8</b> | <b>387,4</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b> | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ           | 150          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                      | 50/30        |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                  | 120          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ                       | 150          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>590</b>   | <b>15,9</b>      | <b>14,7</b> | <b>78,2</b> | <b>496,4</b>                  |                              |
| <b>Уютный полдник</b>                            |              |                  |             |             |                               |                              |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                    | 50           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ          | 120          |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ                                  | 50           |                  |             |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>430</b>   | <b>14</b>        | <b>17,4</b> | <b>63,3</b> | <b>437,5</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>44,4</b>      | <b>39,7</b> | <b>223</b>  | <b>1396,4</b>                 |                              |



Исполнитель  
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>390</b>   | <b>11,8</b>      | <b>12,3</b> | <b>39,2</b>  | <b>360,2</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б              | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                  | 120/15       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>505</b>   | <b>12,3</b>      | <b>13,9</b> | <b>55,1</b>  | <b>405,4</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)                   | 50/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ             | 110          |                  |             |              |                               | 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     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>450</b>   | <b>19,4</b>      | <b>18,6</b> | <b>104</b>   | <b>646,9</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>44,4</b>      | <b>45,0</b> | <b>216,0</b> | <b>1 487,6</b>                |                              |



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

15 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|-------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|                                     |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БАТОН                               | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                      | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>350</b>   | <b>11,3</b>      | <b>8,7</b>  | <b>47</b>    | <b>313,4</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                    |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                       | 200          |                  |             |              |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Обед</b>                         |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ    | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СУП С КРУПНОЙ НА К/Б                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                       | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ   | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>500</b>   | <b>16,2</b>      | <b>20,7</b> | <b>88,5</b>  | <b>564,8</b>                  | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)            | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ                     | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>427</b>   | <b>13,5</b>      | <b>18,2</b> | <b>72,7</b>  | <b>500,86</b>                 |                              |
| <b>Всего за день:</b>               |              | <b>41,8</b>      | <b>48,4</b> | <b>227,2</b> | <b>1470,26</b>                |                              |



Исполнитель  
Руководитель  
И.В. Тюрина



Руководитель  
И.В. Тюрина

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                  | 30/5/20      |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>395</b>   | <b>14,6</b>      | <b>10,2</b> | <b>88,5</b>  | <b>507,9</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                    | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>200</b>   | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЛЕМ НА К/Б          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>500</b>   | <b>12,1</b>      | <b>16,2</b> | <b>41,6</b>  | <b>344,5</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                    | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>420</b>   | <b>14,5</b>      | <b>15,5</b> | <b>66,4</b>  | <b>431,7</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>42</b>        | <b>42,7</b> | <b>215,5</b> | <b>1375,3</b>                 |                              |



Руководитель: *[Подпись]*



Исполнитель: *[Подпись]*  
Руководитель: *[Подпись]*



**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                         |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)         | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ             | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БАТОН                                  | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                         | 5            |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>350</b>   | <b>9,5</b>       | <b>11,1</b> | <b>58</b>    | <b>375,3</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                     | 180          |                  |             |              |                               |                              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Обед</b>                            |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                       | 150/5        |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина)          | 50/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ-ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ      | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>545</b>   | <b>15,4</b>      | <b>19,3</b> | <b>79,4</b>  | <b>529</b>                    |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>             |              |                  |             |              |                               |                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 130/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БАТОН                                  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>400</b>   | <b>24,4</b>      | <b>18,8</b> | <b>55</b>    | <b>563,1</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                  |              | <b>50,2</b>      | <b>49,4</b> | <b>210,1</b> | <b>1542,5</b>                 |                              |



Исполнитель  
Руководитель



Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**18 Вариант**

| Применение пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| БАТОН  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>380</b>   | <b>9,5</b>       | <b>5,8</b>  | <b>53,8</b>  | <b>303,4</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                    | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>380</b>   | <b>1,7</b>       | <b>1,0</b>  | <b>36,7</b>  | <b>166,3</b>                  |                              |
| <b>Обед</b>                                      |              |                  |             |              |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КЛБ       | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                    | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                          | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>500</b>   | <b>16,3</b>      | <b>20,5</b> | <b>64,3</b>  | <b>530,3</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                      | 50/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ             | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                    | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 25           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                             | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ГТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>432</b>   | <b>14,3</b>      | <b>14,4</b> | <b>78,9</b>  | <b>494,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>41,8</b>      | <b>41,7</b> | <b>233,7</b> | <b>1 494,3</b>                |                              |



Руководитель



Исполнитель  
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**19 Вариант**

| Примем пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                                    | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МОЛОКО КИпяченое  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ   | 45           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>375</b>   | <b>16,4</b>      | <b>13,4</b> | <b>37,5</b>  | <b>338,4</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>180</b>   | <b>0,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>  | <b>75,1</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С КРУТОЙ НА БУЛЬОНЕ   | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>590</b>   | <b>17,1</b>      | <b>11,8</b> | <b>78,3</b>  | <b>503,6</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ                        | 130/40       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ   | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>400</b>   | <b>21,8</b>      | <b>21,9</b> | <b>66,6</b>  | <b>598</b>                    |                              |
| <b>Всего за день:</b>   |              | <b>56,2</b>      | <b>47,3</b> | <b>200,1</b> | <b>1515,1</b>                 |                              |



Руководитель



Исполнитель  
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 1-3 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  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>                                   |                 |                  |                    |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                          | 150             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                       | 160             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН  | 40              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5               |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>355</b>      | <b>13,6</b>      | <b>8,1</b>         | <b>61,9</b>  | <b>373,7</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>                                 |                 |                  |                    |              |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                    | 200             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>200</b>      | <b>0,8</b>       | <b>0,8</b>         | <b>19,0</b>  | <b>91,2</b>                   |                              |
| <b>Обед</b>                                      |                 |                  |                    |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 30              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ          | 150             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЯННЫЕ               | 50              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                         | 110             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕЦЬЯ                | 150             |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 25              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>555</b>      | <b>15</b>        | <b>19,1</b>        | <b>85,9</b>  | <b>566,36</b>                 |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |                 |                  |                    |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 40              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ   | 100/30          |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10          |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                             | 20              |                  |                    |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>400</b>      | <b>10,65</b>     | <b>13,73</b>       | <b>55,6</b>  | <b>412,4</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |                 | <b>40,05</b>     | <b>41,73</b>       | <b>222,4</b> | <b>1443,66</b>                |                              |
| <b>ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ</b>                  |                 |                  |                    |              |                               |                              |
| <b>Итого</b>                                     | <b>Белки, г</b> | <b>Жиры, г</b>   | <b>Углеводы, г</b> | <b>ккал</b>  |                               |                              |
| <b>Итого за период</b>                           | 930,5           | 884,0            | 4 267,3            | 29 014,6     |                               |                              |
| <b>Среднее значение за период</b>                | 46,5            | 44,2             | 213,4              | 1450,7       |                               |                              |



Исполнитель  
Руководитель



Руководитель