



Согласовано
 Подпись: *А.В. Ковалева*
 Должность: *Медсестра*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждаю: *О.О.О. Алегко*
 Подпись: *О.О.О. Алегко*
 Должность: *Ковалева А.В.*

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖЕЛТКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВОЧКИ №394	150	2,8	2,4	9	81,3	394		
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за завтрак		350	13,6	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		150	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	ПЕШЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,6	ТТК №65	2011	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	58,6	336	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,8	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед		590	15,9	14,7	78,2	496,4		
	Уплотненный полдник	СФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	6,2	2,1	72,7	ТТК №74	
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДОМ №92		180/10	0,1	0	9,8	39,4	92	2011	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №73	50	4	3	29,6	160,9	73	2011	
Итого за Уплотненный полдник		430	14,5	14,6	70,2	437,7			
Всего за день:			44,9	36,9	229,9	1396,6			

Повар _____



Согласовано
 [Подпись]
 [Подпись] Н.В. Попова

ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждено: 000 Алеко
 [Подпись]
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394		
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/8/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		
Итого за завтрак		415	13,3	10,2	77,1	457,7		2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200							
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5			
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,9	4,9	12,9	106,9	336	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0			
	Итого за обед		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
			720	21,9	20,1	89,2	636,7		
	Уплотненный полдник	СФОДЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
Итого за Уплотненный полдник		500	21,1	13,9	81,4	542,2			
Всего за день:			57,3	44,4	267,3	1 820,0			

Повар _____

23.01.25 2



Согласовано
Ирина Александровна
 Руководитель центра
 И.В. Попова

ЕЖЕДУНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко
Светлана Николаевна
 Ковалева А.В.



Прием пищи Неделя 3 Вариант 14	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,9	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,6		
		390	11,8	12,3	39,2	360,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	ГОЛОВЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,6	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотнительный полдник	СРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	25,3	166,1	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	83,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
	БУЛОЧКА ВАЧИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,5	28,6	167,3	467	2011
Итого за Уплотнительный полдник		450	19,4	18,6	104	646,9		
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1484,5		

Повар *Исаишкова З.З.*



Согласовано
М.В. Ковалева
 М.В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждает: **ООО Алеко**
М.В. Ковалева
 Ковалева А.В.

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,8	249,4	ТТК №72		
Итого за завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	420	17,9	24,0	28,9	400,7			
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЮНЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
Итого за обед	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	140/20	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	2011	
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №80	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ	640	19,6	16,6	69,6	516,3			
Итого за Уплотненный полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №80		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
Всего за день:	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		490	23,4	21,9	101,5	718,3			
			61,9	62,7	217,6	1 818,7			

Повар Евдокимова З.З.

24.01.25



Согласовано

Ирина Владимировна
А.В. Ковалева

ЕЖЕДУРОВОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень



для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи Неделя 3 Вариант 15	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯНОЙ (РЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	2011
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №35	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак	СЫР (ГОРЦУРИЯ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН) №371	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011
	СУП С КРУПЯНОЙ КУРИЦОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБЫ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №33	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		500	16,2	20,7	88,9	564,9		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ШНЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	6,5	15,1	144,98	ТТК №61	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №34	110	2	4,3	10,8	67,7	344	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №93	180/107	0,2	0	10	41,7	393	
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВЕСИЩУША №473	50	4	3	29,6	150,9	473	2011
Итого за день:		427	14	15,9	72,7	500,98		
			42,3	46,1	227,2	1470,28		

Повар Любушкова В.В.



Согласовано
 Руководитель
 А.В. Ковалева

РЕЖИМЕН ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждает: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) СЫР (ГОРЦЫЯИ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БАТОН	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №108	2011	
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7		
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395		
		40	3,0	1,2	20,6	104,8			
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	369,6			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С КРУПНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011	
		180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44		
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67		
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		630	37,0	36,1	887,2				
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	11,6	15,2	11,0	224,6	ТТК №61	2011	
		150	2,8	5,9	14,8	134,6	344		
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за день:		447	16,9	21,3	51,0	481,8			
			68,4	71,6	221,0	1 829,8			

Повар Бюкурова Д.З.

27.01.252



СОГЛАСОВАНО
 [Подпись]
 [Подпись] А.В. Ковалева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г	Витамины			
Завтрак Неделя 4 Вариант 16	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011	
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395		
	ВУФРЬЮЛ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
	Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 Завтрак Итого за 2 завтрака	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		2011	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47		
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №86	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №86		
	КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	48,5	376		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за обед		520	19,1	16,9	50,9	438,4		
Уплотненный полдник	СУШЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	2011	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
		420	14,5	15,5	66,4	431,7			
Всего за день:			49	43,4	224,8	1467,2			

Повар Евгеньевна ЗЗ



Согласовано
 Руководитель центра
 М.В. Корда

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждает ООО Алко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Неделя 4 Вариант 16	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		КОФЕЙНИЦА НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
2 Завтрак		455	15,2	10,9	90,5	525,6			
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,6	19,0	91,2	369	2011	
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	369	2011
		ЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	190	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №69	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	379	2011
		ПЕЧЕНЬЕ ШКОЛАДНОЕ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		30	2,3	2,9	22,3	125,1			
Уплотненный полдник		630	21,7	20,6	76,1	580,7			
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	130	2,7	3,9	16,5	124,4	321	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011	
Итого за день:		490	21,8	14,6	80,4	548,4			
			59,5	48,9	265,0	1 745,9			

Повар Скакулякова 3.3

28.01.25.2

СОГЛАСОВАНО

Медсестра
Администратор



Увержало, ООО Алгеро
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводч., г				
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГРИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9			
	СЫР (ГОРЦЫЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011	
Итого за завтрак		350	9,5	11,1	58	375,3			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №39	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ ОВЕЖИИ №3	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200		
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	28,3	166,1	205	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕНА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕКАРЕННЫЙ	20	1,3	0,2	9,5	40,8			
	Итого за обед	545	15,4	19,3	79,4	530,2			
	Уплотненный подник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
		СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		БАТОН	40	3	1,2	20,8	104,8		
Итого за Уплотненный подник		400	24,4	18,8	55	563,1			
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1543,7			

Повар Георгиева З.З.

УСЛЕСОНАНО

01.10.12



Н.В. Попова

РЕЖИМ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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



Утверждено: 09.10.12
К.В. Ковалева
Ковалева А.В.

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Волк., г	Жир., г	Углевод., г				
Завтрак	Паша вязкая молочная (рисовая)	100	2,7	7,2	20,4	196,2	ТР №102	2011	
	Чай с молоком или сливками	100	2,7	2,3	14,0	67,6	№4		
	Бутерброд с сыром	300/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3		
Итого за завтрак		405	9,8	16,2	67,0	425,4			
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	309	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	Салат из белокочанной капусты	50	0,6	2,4	4,6	44,1	20	2011	
	Копченая мясокостная тушенка со сметаной	160/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТР №200		
	Фрикадельки в соусе (томатном)	70/20	14,5	13,1	0,3	203,3	ТР №60		
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205		
	Рисовый суп с овощами, сыром, вареньем	100	0,1	0,0	26,7	102,6	303		
	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		605	21,2	24,6	93,7	696,6			
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с соусом молочный сладким с ванилью	150/60	20,1	21,3	30,1	439,7	ТР №151, 477	2011	
	Снежок ватт	200	6,6	4,9	7,6	102,6	401		
Итого за Уплотненный полдник		400	30,7	27,4	68,5	647,3			
Всего за день:			68,7	68,4	228,6	1 662,7			

Повар Григорьева З.З.

29.01.252



Согласовано
Ирина Александровна
 И.В. Зинцова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

Утверждено: 009 Алеко
А.В. Козалева
 А.В. Козалева А.В.

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Приним пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Вариант 18	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87	130	10,9	15,9	38,5	291,9	ТТК №87	
	КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Уплотненный подник	ПЕЩЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/20	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный подник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		412	12,8	12,4	64	410,9		
Всего за день:			38,8	39,6	231,1	1 390,4		

Повар Евгеньевна 33



СОГЛАСОВАНО
 Матвеевский, Анна Евгеньевна
 № 279

ФЕДЕРАЛЬНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (Геркулесовая)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	2011	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом сыр (порциями)	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	352		
Итого за завтрак	Батон	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
	Фрукты свежие (яблоко)	25	1,9	0,7	12,9	65,5			
2 Завтрак	Сок яблочный	420	12,1	9,2	51,2	337,0			
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2	366	2011	
Обед		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
	Салат из свежих овощей	400	1,8	1,0	38,6	174,6			
	Суп картофельный с овощными (горох) на курином бульоне	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011	
	Плов из птицы	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
	Хлеб пеклеваный	190	28,9	31,2	24,8	489,1	ТТК №67	2011	
	Хлеб пшеничный	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,3	12,7	61,2			
Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
	Тэфтели с соусом (говядина)	610	37,9	38,5	85,8	848,2			
	Макаронные изделия отварные с маслом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
	Чай с лимоном	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205		
Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Всего за день:		447	16,9	16,9	61,8	481,4			
			68,7	65,6	237,4	1 841,2			

Повар Сорокина З.З.



Согласовано
Ирина Владимировна Ковалева
 Руководитель центра
 №6 Подпись

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень



Утверждено: ООО Агело
Ирина Владимировна Ковалева
 Ковалева А.В.

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Вариант 19	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК №85		
	МОЛОКО КИРСКОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011	
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6			
	Итого за завтрак		375	18,4	13,4	37,5	388,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9			
	СУП С КРУПНОЙ НАМАСЛОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44		
	ЗАПЕЧЕНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №79/350	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	Итого за обед		40	2,6	0,4	17	81,6		
		570	15,6	11,8	68,4	459,3			
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №158, №477	130/40	12,9	16	33,9	374,5	ТТК №158, 477		
	СНЕЖОК №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131			
Итого за Уплотненный полдник		400	21,8	21,9	66,6	598			
Всего за день:			64,7	47,3	190,2	1470,8			

Повар Георгиева З.З.



Согласовано
 Руководитель центра
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДОЛЖЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины	Минералы			
Неделя 4 Вариант 19	Завтрак	180	5,2	4,3	17,5		131,1	ТТК №85		
	Итого за завтрак	180	5,0	4,4	8,3		94,3	400	2011	
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	420	6,4	8,1	19,5		182,3	3	2011	
	Обед	200	1,0	0,2	19,6		83,4	399	2011	
Итого за обед	Итого за 2 обед	200	1,0	0,2	19,6		83,4			
	Уплотненный полдник	150/50	24,3	18,8	38,6		432,4	ТТК №156, 477		
Итого за полдник	Итого за 2 полдник	500	37,8	29,1	101,0		833,8		2011	
	Всего за день:	73,1	56,3	248,9		1 854,8				

Повар Гусарова З.З.



СОГЛАСОВАНО
 Заведующий, МУП «Калинские вареники»
 [Signature]



Утверждено: ООО «Алеко»
 [Signature]
 Ковалева А.В.

РЕЖИМЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Неделя 4 Вариант 20	КАША ЖУДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	23,1	175,1	ТТК №105	2011	
	КОСЯБИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,4	1,9	12,2	76,1	395		
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,6			
	СЫР (ПОРЦИЙНИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7		
	Итого за завтрак	355	13,6	8,1	61,9	373,7			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,6	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрака	200	0,8	0,6	19,0	91,2				
Обед	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		2011	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО КОСТНОМ	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28		
	ВУЛОНЕ ТТК №28	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	КОТЛЕТЫ, ВУЛОЧКА ЦИПЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	110	2	4,3	10,8	97,7	344		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	0,1	0	21,1	84,8	393		
	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №333	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПЕЛЕНАЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,6	59,2			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	555	15	19,1	65,9	556,36			
	Итого за обед								
	Уплотнительный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5		
ФРИКАДЕЛКИ ВУЛОЧКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №32/№324	100/50	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354			
Итого за Уплотнительный полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДИЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	45			
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4			
Итого за Уплотнительный полдник		400	12	11,8	51,2	376,7			
Всего за день:			41,4	39,9	219	1406,96			

Повар Исаева Д.В. 22



Согласовано
 Руководитель
 И.В. Понда

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждено: О.В. Алегро
 О.В. Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	Каша жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
	Коричный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395		
Итого за завтрак	БАТОН	50	3,8	1,5	131,0	131,0			
2 Завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	430	15,2	8,1	78,5	447,5			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011	
Обед	Икра кабачковая консервированная	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011	
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	180	2,0	3,7	8,8	79,5	ТТК №28		
	Рагу овощное (3 варианта)	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011	
	Кисель из повидла, джема, варенья	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011	
	Хлеб пшеничный	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	17,0	81,6			
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	Итого за обед		700	22,4	29,9	96,4	762,3		
	Уплотненный полдник	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
Фрикадельки вкусняшка с соусом сметанным с томатом		140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №2, 385	2011	
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом		180/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за Уплотненный полдник	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за день:		470	15,2	14,0	49,6	407,5			
			53,6	52,8	243,5	1 808,5			

Повар Георгийкова З.З.