

**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

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)                 | 160          |                  |         |             |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                       | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                               | 40           |                  |         |             |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 350          | 9,4              | 7,7     | 45,4        | 312,6                         |                              |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 520          | 23,5             | 21,6    | 60,1        | 531,9                         |                              |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 415          | 13,7             | 15,3    | 69,9        | 456,7                         |                              |
| Всего за день:                                   |              | 47,5             | 44,8    | 193,1       | 1 376,3                       |                              |

Исполнитель \_\_\_\_\_ м.п. \_\_\_\_\_

Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. \_\_\_\_\_

Заказчик \_\_\_\_\_ м.п. \_\_\_\_\_

Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. \_\_\_\_\_

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

**2 Вариант**

2 вариант

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



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

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

**3 Вариант**

| 3 Вариант                                              |              |                  |         |             |                               |                              |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                                   | 405          | 13,2             | 9       | 47,2        | 323,4                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| 2 Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                     | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                   | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                                   |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                        | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ               | 150/10       |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)  | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                          | 150/7/3,5    |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                   | 540          | 14,6             | 12,1    | 59,1        | 427,2                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Уплотненный полдник                                    |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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 (ГРЕЧНЕВАЯ)                 | 110          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                   | 440          | 15,3             | 17,8    | 82,6        | 547,76                        | Сборник рецептов или ТТК     |
| Всего за день:                                         |              | 44               | 39,1    | 206,6       | 1373,46                       |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_

К.В. Тюрина

М.П.

Руководитель \_\_\_\_\_

Заказчик

М.П.



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

| 4 Вариант                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)                | 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 365          | 9,5              | 7,1     | 45,2        | 284,2                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | Сборник рецептов или ТТК     |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 560          | 16,1             | 14,5    | 84,5        | 524,7                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 400          | 12,5             | 14,3    | 63,1        | 414,8                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Всего за день.:                                  |              | 39               | 36,1    | 210,5       | 1298,8                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

К.В. Тюркина

м.п.



Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

Заказчик

м.п.

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

**5 Вариант**

3 вариант

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



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

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

**6 Вариант**

| 6 Вариант                                         |              |                  |         |             |                               |                              |
|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                              | 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     |
| Итого за прием пищи:                              | 365          | 11,2             | 6,4     | 59,5        | 340,7                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| 2 Завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                     | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                              | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | Сборник рецептов или ТТК     |
| Обед                                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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 СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                         | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 45           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                              | 560          | 16,7             | 13      | 78,9        | 507,5                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Уплотненный полдник                               |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                              | 400          | 16               | 22,3    | 89,5        | 586,6                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Всего за день:                                    |              | 44,7             | 42,5    | 246,9       | 1526                          |                              |



Исполнитель  
Руководитель

А.В. Торина  
м.п.

Руководитель

Заказчик

м.п.

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

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                                      | 350          | 10,5             | 9,3     | 31,7        |                               | 298,3                        |
| 2 Завтрак                                                 |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                        | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                      | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        |                               | 75,1                         |
| Обед                                                      |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                           | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                  | 150/15       |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННИК 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     |
| Итого за прием пищи:                                      | 530          | 19,8             | 11,9    | 72,1        | 495,5                         |                              |
| Уплотненный полдник                                       |              |                  |         |             |                               |                              |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                                 | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                         | 110          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                                | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                                                     | 60           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                      | 400          | 16,17            | 16,64   | 60,74       | 396,67                        |                              |
| Всего за день:                                            |              | 47,37            | 38,04   | 182,24      | 1265,57                       |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. И.В. Тюрина



Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. Заказчик

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

**8 Вариант**

| 8 Вариант                                            |              |                  |         |             |                               |                              |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Примем пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                           | 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     |
| Итого за прием пищи:                                 | 365          | 16,5             | 12,7    | 46,3        | 364,9                         |                              |
| 2 Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                        | 200          |                  |         |             |                               |                              |
| Итого за прием пищи:                                 | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | Сборник рецептов или ТТК     |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                      | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                                 | 587          | 23,6             | 21,7    | 55,2        | 519,7                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Уплотненный полдник                                  |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                                 | 400          | 13,5             | 12,6    | 74,2        | 467,2                         |                              |
| Всего за день:                                       |              | 54,4             | 47,8    | 194,7       | 1443                          |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.  
К.В. Тюрина



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

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

**9 Вариант**

| 9 Вариант                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                          | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                                 | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                                            | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 5            |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 355          | 16,3             | 10,2    | 61,8        | 402,4                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | Сборник рецептов или ТТК     |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 515          | 13,5             | 19,5    | 62,3        | 527,7                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 410          | 25,4             | 20,6    | 65,4        | 625,4                         | Сборник рецептов или ТТК     |
| Всего за день:                                   |              | 56,1             | 50,5    | 207,2       | 1630,6                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель

К.В. Тюрина

м.п.



Руководитель

Заказчик

м.п.

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

**10 Вариант**

| 10 Вариант                                       |              |                  |         |             |                               |                              |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 350          | 14,3             | 14,6    | 40,6        | 397                           |                              |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| Сок в ассортименте                               | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 540          | 15,5             | 15,3    | 66,9        | 450,1                         |                              |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| Котлеты, биточки, шницели 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 400          | 15,8             | 15,6    | 73,7        | 487,56                        |                              |
| Всего за день:                                   |              | 46,5             | 45,7    | 198,9       | 1409,76                       |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. **К.В. Тюрина**



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П.

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

II Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                                 |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)                        | 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     |
| Итого за прием пищи:                                    | 350          | 10,4             | 8,5     | 46,8        | 307,7                         |                              |
| 2 Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                           | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                    | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |                              |
| Обед                                                    |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                         | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ                             | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОНИКИ 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     |
| Итого за прием пищи:                                    | 520          | 20,1             | 10,4    | 80,2        | 515,7                         |                              |
| Уплотненный полдник                                     |              |                  |         |             |                               |                              |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)               | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 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     |
| Итого за прием пищи:                                    | 487          | 15               | 18      | 79,7        | 518,5                         |                              |
| Всего за день:                                          |              | 46,3             | 37,7    | 225,7       | 1433,1                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_  
К.В. Тюрина  
М.П.



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П.

## Примерное 20-ти дневное меню

## 12 Вариант

| 12 Вариант                                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| Завтрак                                                    |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                       | 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>                  |                              |
| 2 Завтрак                                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| 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>                  |                              |
| Обед                                                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| 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>                 |                              |
| Уплотненный полдник                                        |              |                  |             |              |                               |                              |
| 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

M.D.

Руководитель

М.П.



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

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



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

К.В. Тюрина



Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.

**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 |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| ИКРА 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 390          | 11,8             | 12,3    | 39,2        | 360,2                         |                              |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                               | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 505          | 12,3             | 13,9    | 55,1        | 405,4                         |                              |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 450          | 19,4             | 18,6    | 104         | 646,9                         |                              |
| Всего за день:                                   |              | 44,4             | 45,0    | 216,0       | 1 487,6                       |                              |



Исполнитель \_\_\_\_\_  
Руководитель \_\_\_\_\_ К.В. Гуркина  
М.П.



**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 |                               |                              |
| Завтрак                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)   | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                               | 45           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                      | 5            |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                | 350          | 11,3             | 8,7     | 47          | 313,4                         |                              |
| 2 Завтрак                           |              |                  |         |             |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                       | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |                              |
| Обед                                |              |                  |         |             |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ    | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С КРУПОЙ 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                      | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                | 500          | 16,2             | 20,7    | 88,5        | 564,8                         |                              |
| Уплотненный полдник                 |              |                  |         |             |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)            | 110          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180/10/7     |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ                     | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                | 427          | 13,5             | 18,2    | 72,7        | 500,86                        |                              |
| Всего за день:                      |              | 41,8             | 48,4    | 227,2       | 1470,26                       |                              |



Исполнитель  
Руководитель К.В. Терина  
М.П. 10334003638



Исполнитель  
Руководитель Заказчик  
М.П. 10334003638

**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 |                               |                              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 395          | 14,6             | 10,2    | 88,5        | 507,9                         |                              |
| 2 Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |                              |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                    | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |                              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                  | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 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     |
| Итого за прием пищи:                             | 500          | 12,1             | 16,2    | 41,6        | 344,5                         |                              |
| Уплотненный полдник                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                    | 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     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                             | 420          | 14,5             | 15,5    | 66,4        | 431,7                         |                              |
| Всего за день:                                   |              | 42               | 42,7    | 215,5       | 1375,3                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.  
К.В. Тюрина



Руководитель \_\_\_\_\_ м.п.  
Заказчик

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

**17 Вариант**

| I / Вариант                            |              |                  |         |             |                               |                              |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                |              |                  |         |             |                               |                              |
| КАША вязкая МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)         | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ             | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                                  | 45           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                         | 5            |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                   | 350          | 9,5              | 11,1    | 58          | 375,3                         |                              |
| 2 Завтрак                              |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК в АССОРТИМЕНТЕ                     | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                   | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                   |              |                  |         |             |                               |                              |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                       | 150/5        |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)         | 50/30        |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 110          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ      | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                   | 545          | 15,4             | 19,3    | 79,4        | 529                           |                              |
| Уплотненный полдник                    |              |                  |         |             |                               |                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 130/50       |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                  | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                                  | 40           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                   | 400          | 24,4             | 18,8    | 55          | 563,1                         |                              |
| Всего за день:                         |              | 50,2             | 49,4    | 210,1       | 1542,5                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель

К.В. Тюрина

М.П.



Заказчик

М.П.

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

**18 Вариант**

18 Вариант

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



Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. \_\_\_\_\_

Заказчик  
Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. \_\_\_\_\_

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

**19 Вариант**

19 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|                                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                                                                 |              |                  |         |             |                               |                              |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                                    | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ                                                        | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                           | 45           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БАТОН                                                                   | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                                    | 375          | 16,4             | 13,4    | 37,5        | 338,4                         |                              |
| 2 Завтрак                                                               |              |                  |         |             |                               |                              |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                                      | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                                    | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |                              |
| Обед                                                                    |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                                         | 30           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С КРУПОЙ 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 СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                               | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                             | 40           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                          | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                                                    | 590          | 17,1             | 11,8    | 78,3        | 503,6                         |                              |
| Уплотненный полдник                                                     |              |                  |         |             |                               |                              |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                                                    | 400          | 21,8             | 21,9    | 66,6        | 598                           |                              |
| Всего за день:                                                          |              | 56,2             | 47,3    | 200,1       | 1515,1                        |                              |



Исполнитель  
Руководитель

К.В. Тюрина

М.П.



Руководитель

М.П.

