

Согласовано



С.В. Давыдова
Медведева
Мурек

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Утверждено: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1	Завтрак	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	2011
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	
		300/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	
		420	9,7	14,4	45,8	381,1		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед		50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №68	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		650	27,7	21,8	89,9	673,1		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		530	21,0	20,5	93,3	654,8		
Всего за день:			59,4	56,9	268,8	1 802,4		

Повар

Согласовано
 09.11.2015
 Яковлевская И.И. - Лущик О.А.

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

Утверждена: 000 Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2	Завтрак	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	2011
		200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	
		50	3,75	1,45	25,7	131	485,2	
Итого за завтрак		400	24,7	25,3	37,9			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП С КРУПЮЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	2011
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		650	20,6	17,7	84,9	590,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 477	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		470	30,5	24,5	77,0	668,0		
Всего за день:			76,6	68,3	218,8	1 835,2		

Повар _____

СОГЛАСОВАНО

М.В. Ковалева
 09.11.2015 г. - О.А. Лукина
 9628

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алго



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 1 Вариант 3	Завтрак КАША ЖИДКАЯ (МАННА) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ БАТОН ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011		
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4				
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011		
		Итого за завтрак	445	14,4	9,8	51,8	351,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5				
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28			
		190	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	2011		
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0				
		40	2,6	0,4	17,0	81,6				
		Итого за обед	647	16,4	12,5	72,1	487,1			
		Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕНЧЕВАР) КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
				70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №61, 354	2011
				130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
180	0,1			0,1	20,9	85,0	372	2011		
60	4,4			0,4	29,2	137,8				
Итого за Уплотненный полдник	580	28,5	26,6	130,6	898,0	473	2011			
Всего за день:		60,3	49,1	274,1	1 820,2					



Согласовано
 Валерия Владимировна
 09.08.2015 г. - О.А. Лукин

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждаю: ООБ О Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011	
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	0,2	0,0	10,0	41,7	353		2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	637	12,7	13,7	63,6	440,5		
Итого за завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
2 Завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед		60	0,7	0,0	1,4	8,1	ТТК №43		
		180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43		
		70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011	
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	378		
		40	2,6	0,4	17,0	81,6			
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		730	24,7	21,2	99,3	701,5			
	Итого за обед		730	24,7	21,2	99,3	701,5		
Уплотненный полдник		70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82		
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
		50	3,8	0,3	25,1	118,4	473	2011	
		50	4,0	3,0	29,6	160,9			
		500	22,1	18,8	94,5	641,0			
Итого за Уплотненный полдник		500	22,1	18,8	94,5	641,0			
Всего за день:			60,5	53,9	277,0	1 866,5			

Повар _____

СОГЛАСОВАНО
 Заключительный акт
 09.01.2015 г. - Д.А. Лукин



Утверждаю: 000 Алгоко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДУПЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сбор рецеп
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	201
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	201
		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
		Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
		150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	2011
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		610	35,4	38,1	90,1	833,0		
Уплотненный полдник	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №77	
		70	9,5	6,9	6,8	135,8	125	2011
		130	2,5	3,5	20,6	128,3	398	2011
		180	0,6	0,3	18,1	89,3		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		470	16,7	15,4	69,5	506,6		
Всего за день:			66,3	63,3	252,7	1 880,4		

Повар _____

Согласовано
 Инвентарный № 109 от 18.5
 от 01.08.15 г. О.А. Лукина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алгоко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 6	КАША ЖИДКАЯ (МАЦНАР) ЧАЙ С ЛИМОНОМ БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
		30	2,3	0,9	15,4	78,5			
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7		
		417	12,1	8,1	56,8	348,0			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011	
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88		
		140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75		
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376		
		50	3,3	0,4	21,2	102,0			
		50	3,8	0,3	25,1	118,4			
		720	23,4	16,0	90,6	612,4			
Итого за обед									
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	2011	
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467		
		467	24,9	22,1	88,3	659,3			
Итого за Уплотненный полдник									
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9			

Повар _____

СОГЛАСОВАНО

Ильинская И.И.
 01.01.2015 г. - О.Н. Дудкина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

Утверждено: ООО Алго
 Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборн-рецепт	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 7	Икра кабаржковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,0	426,9				
2 Завтрак	СОК БЕЛОЧНО-ДЕРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
		180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202		
		150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №54, 348	2011	
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за обед	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	705	29,1	18,8	115,0	767,1			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74		
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011	
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4			
		450	21,3	15,9	67,5	506,3			
Всего за день:		70,1	59,2	234,1	1783,7				

Повар _____



Согласовано
 Заведующий
 09.08.2015
 О.А. Лукин

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждает
 Ковалева А.В.

Прем прием пищи	Прем прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборни рецепту
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 8	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК №104	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	
	Итого за завтрак		425	18,4	14,1	54,6	420,5	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК №47	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	18,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		622	23,4	24,0	53,7	533,4		
Уплотненный полдник	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	
Итого за Уплотненный полдник		510	23,6	20,4	114,9	761,3		
Всего за день:			66,2	59,3	242,2	1 806,4		

Повар М.С. Волков

СОГЛАСОВАНО
 Валентина Ивановна
 09.01.2025
 О.А. Лукин

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждено: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сб
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ БАТОН СЫР (ПОРШЛЯМИ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		7
		10	2,3	3,0	0,0	36,4		2
		400	17,9	12,5	59,4	422,7		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
		150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК №68	2
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед		640	26,9	19,9	86,8	668,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ СНЕЖОК №401	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	2
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2
		450	37,4	28,7	68,1	699,8		
Всего за день:			83,2	61,3	233,9	1 874,1		

Повар

СОГЛАСОВАНО

Закрепленная
 09.01.2015 г. - О.В. Лукин
 2025

Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Завтрак	Вардант 10	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК №72	2011
	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	40	3	1,2	20,6	104,8		
	БАТОН	350	14,3	14,6	40,6	397		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрака								
Обед								
	СУРРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15,5	15,3	66,9	450,1		
Итого за обед								
Уплотненный полдник								
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	КАША РАСОСЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,8	28,7	203	166	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		2011
		400	15,8	15,6	73,7	487,56		
Всего за день:								
			46,5	45,7	198,9	1409,76		

Повар _____

Согласовано

Заведующий МКДОУ «СД»
 29.01.2021

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



Утверждено: ООД Алегко

Ковалева А.

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 Вариант 11	ЗУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107
		180	2,8	2,2	15,4	92,9	395
		35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	388,6	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) СОУС ТОМАТНЫЙ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,9	
		180	2,4	2,1	13,9	85,7	ТТК №87
		150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64
		30	0,4	1,4	2,0	24,5	348
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372
		50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за обед		670	23,9	11,8	105,8	648,7	
Уплотненный полдник	ИЖРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54
		70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №2, 355
		150	3,1	4,6	21,4	143,9	321
		180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		35	2,7	0,2	17,6	82,9	
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
Итого за Уплотненный полдник		602	23,6	24,6	58,6	724,1	
Всего за день:			58,1	51,0	284,4	1 878,4	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО

Вакеевичи М.В. и др.

09.01.2025 г. О.А. Иванова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.



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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400
		20	1,5	0,6	10,3	52,4	
		425	19,3	14,2	50,3	406,6	
Итого за завтрак							
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	0,8	3,5	4,9	54,6	33
		200/10	1,7	5,5	7,5	93,5	ТТК №47
		80	13,3	13,4	12,6	226,5	ТТК №61
		150	8,1	5,6	36,9	234,4	168
		200	0,1	0,0	28,4	114,0	383
		50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		750	27,3	28,4	111,5	825,0	
Итого за обед							
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ СНЕЖОК №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 47
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	401
		30	2,3	0,2	15,1	71,0	
		20	1,5	2,0	14,9	83,4	
Итого за Уплотненный полдник		450	33,6	24,9	78,1	686,0	
Всего за день:			81,0	68,3	258,9	2 008,8	

Посар _____

ОГЛАСОВАНО
 2.01.2015
 О.Ф. Лукин

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 13	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
Итого за завтрак		415	13,3	10,2	77,1	457,7		
Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №65	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	396	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9	376	
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	56,8		
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		720	21,9	20,1	89,2	636,7		
Уютный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	2011
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3	125	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	473	
Итого за Уютный полдник		500	21,1	13,9	81,4	542,2		
Итого за день:			57,3	44,4	267,3	1 820,0		

Согласовано

Михайлова
09.01.2013
О.Ф. Ливина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

Утверждено: *О.Ф. Ливина*
 Ковалева А.В.

Прем пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборный рецепт
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №72	2011
		150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		420	17,9	24,0	26,9	400,7		
Итого за завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Итого за 2 завтрак								
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №28	
		180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №75	2011
		140/30	12,8	12,3	20,9	217,4		
		180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
20	1,5	0,1	9,7	46,0				
Итого за обед		640	19,6	16,6	69,6	516,3		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011
		130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
		180	0,3	0,3	18,1	88,3	398	2011
		30	2,6	0,2	15,1	71,0	467	2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3		
Итого за Уплотненный полдник		490	23,4	21,9	101,5	718,3		
Всего за день:			61,9	62,7	217,6	1818,7		

Повар _____



СОГЛАСОВАНО

Ведущий МОУ г.с. №5
09.01.2015 г. О.А. Лукин

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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



Утверждает: ООО Алгоко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
Вариант 15								
Завтрак	Суп молочный с крутой (гречневой)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	2011
	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	Кисель из пшеницы с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		430	13,7	11,4	52,8	359,6		
2 Завтрак	Фрукты свежие (апельсин, мандарин)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №44	
	Суп с крутой на курином бульоне	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №67	2011
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1		
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		630	37,0	38,1	98,2	837,2		
Уплотненный полдник								
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	2011
	Рагу овощное (3 вариант)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	Чай с лимоном	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		447	16,9	21,3	51,0	481,8		
Всего за день:			68,4	71,6	221,0	1 829,8		

Повар _____

Согласовано

Заведующий МОУ детсады
09.01.2015 г. - О.Ф. Лукин



Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ БАТОН	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		455	15,2	10,9	90,5	525,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ ВУЛЬОНЕ ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК №47	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №65	2011
		180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	
		40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		30	2,3	2,9	22,3	125,1		
Итого за обед		630	21,7	20,6	76,1	580,7		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК №74	
		130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		490	21,8	14,6	80,4	548,4		
Завтрак			59,5	46,9	266,0	1 745,9		

Повар _____

Согласовано

Исполнитель: М.С. Демидова
 09.01.2015 г. - О.А. Лукина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю: О.Ю. Алёко



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 Вариант 17	Завтрак	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011	
		180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011	
		30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011	
	Итого за завтрак	405	9,8	16,2	57,0	425,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
Итого за 2 завтрака		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011	
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6	ТТК №200		
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	206	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	Итого за обед	685	21,2	24,6	93,7	696,6			
Плотный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	2011	
	СНЕЖОК №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011	
	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8			
Итого за Уплотненный полдник	480	36,7	27,4	58,5	647,3				
Итого за день:			68,7	68,4	228,8	1 852,7			

свар

Согласовано

Заведующий МОУ д/с №25
09.09.2025 г. - О.А. Лукин

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		412	12,8	12,4	64	410,9		
Всего за день:			38,8	39,6	231,1	1 390,4		

Повар _____

Согласовано

Заведующий МОУ г/с №25
09.01.2025 г. В.А. Луцкич

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК №85	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
Итого за завтрак		420	16,6	16,8	45,3	407,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК №79, 350	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Итого за обед		670	17,7	12,2	83,0	530,2		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК №156, 477	
	СНЕЖОК №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	401	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		500	37,8	29,1	101,0	833,5		
Всего за день:			73,1	58,3	248,9	1 854,8		

Повар _____

Согласовано

Заведующий МОУ д/с №5
09.01.2025 г. - О.А. Луцки

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сб
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 20								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за завтрак		430	15,2	8,1	78,5	447,5		
2 Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		700	22,4	29,9	96,4	762,3		
Уплотненный полдник								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	ТТК №32, 355	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за Уплотненный полдник		470	15,2	14,0	49,6	407,5		
Всего за день:			53,6	52,8	243,5	1 808,5		

Повар _____