



УТВЕРЖАЮ:
Директор _____

10-ти дневное меню
для обеспечения питанием
детей дошкольного возраста 1-3 года



СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР _____

Торонда Н.В.
Директор

директор

Согласовано

Директор

дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

1 день

Прием пищи, наименование блюда

Завтрак

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395

МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Итого за прием пищи:

II Завтрак

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368

Итого за прием пищи:

Обед

Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67

КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165

Чай с лимоном №393

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за прием пищи:

Полдник

ВАФЛИ

КАКАО С МОЛОКОМ №397

Итого за прием пищи:

Всего за день:



«Утверждено»

Директор

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Согласовано

Директор

Татьяна Николаевна

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150/2		4,3	4,2	14,8	116,3	93	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	355		8,7	10,9	37,3	289,3		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150		1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7	289	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500		24,3	24,5	65,6	578,5		
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	200		4,3	5,1	52,3	281,9		
Всего за день:			38,1	40,7	169,9	1 212,3		



«Утверждаю

Директор

Согласовано

Директор

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150		4,1	7,2	30,8	212,5	174	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	372		5,8	10,9	50,5	337,6		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150		1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	60		6,5	3,1	1,7	60,0	247	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	110		2,1	3,0	17,7	110,2	125	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	530		13,7	8,2	64,3	388,7		
Полдник								
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за прием пищи:	200		3,1	2,5	54,9	254,8		
Всего за день:			23,4	21,8	184,4	1 043,7		



«Утверждаю

Директор

Согласовано

Директор

4 день

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Продукты питания	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150/5		4,5	2,1	24,3	134,0	185	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150		2,2	1,9	11,8	73,1	394	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	350		9,7	7,8	55,6	336,4		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011
Итого за прием пищи:	100		0,9	0,2	7,9	41,7		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8	57	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	50		6,5	7,3	6,0	119,6	287	2011
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20		0,2	1,0	1,4	16,0	348	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110		4,0	3,3	25,3	150,3	205	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	550		15,0	14,8	77,0	512,9		
Полдник								
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	376	2011
Итого за прием пищи:	200		1,7	1,8	59,9	264,4		
Всего за день:			27,3	24,6	200,4	1155,4		



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю

Директор

Согласовано

Директор

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150/2		4,3	4,2	14,8	116,3	93	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	3	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	355		8,7	10,9	37,3	289,3		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150		1,1	2,2	6,6	53,6	135	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		22,0	23,8	22,1	393,4	304	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500		26,5	26,3	71,0	632,8		
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за прием пищи:	200		4,3	5,1	52,3	281,9		
Всего за день:			40,3	42,5	175,3	1 266,6		





«Утверждаю

Директор

Согласовано

Директор

Торжественно
Д.В. Завтрак

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150		5,6	6,0	25,4	182,7	168	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	372		7,3	9,7	45,1	307,8		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150		1,2	3,0	5,4	53,7	67	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	60		6,5	3,1	1,7	60,0	247	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	110		2,1	3,0	17,7	110,2	125	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	530		13,1	9,4	57,6	371,5		
Полдник								
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за прием пищи:	200		3,1	2,5	54,9	254,8		
Всего за день:			24,3	21,8	172,3	996,7		



"Утверждаю

Директор

Утверждено для ежедневного меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

Согласовано

Директор

Подпись: [Signature]

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150		4,1	7,2	30,8	212,5	174	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180		3,6	3,0	15,0	101,9	397	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	380		10,8	17,7	65,4	481,1		
II Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6	368	2011
Итого за прием пищи:	100		1,5	0,5	21,0	96,0		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150		1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	130		10,7	9,8	13,3	188,0	302	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	383	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500		15,9	11,9	64,4	433,0		
Полдник								
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	376	2011
Итого за прием пищи:	200		1,7	1,8	59,9	264,4		
Всего за день:			29,9	31,9	210,7	1 274,5		

Завтрак		Цена порции	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Цена порции	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба №175	4,4	5,1	27,6	177,4	175	2011			
Сыр (порциями) №7	2,2	2,9	0,0	35,3	7	2011			
Кофейный напиток с молоком №395	2,3	1,8	12,8	77,1	395	2011			
Хлеб пшеничный	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6				
Итого за прием пищи:	11,9	10,0	59,9	381,7					

II Завтрак		Цена порции	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Цена порции	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
СОК яблочный №399	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011			
Итого за прием пищи:	0,8	0,2	14,7	62,6					

Обед		Цена порции	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Цена порции	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5				
СУП картофельный №77	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011			
КОТЛЕТА рубленая с белокочанной капустой (говядина) №455	6,4	8,3	6,5	127,8	455	2004			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	4,0	3,3	25,3	150,3	205	2011			
КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья №383	0,1	0,0	21,1	84,8	383	2011			
ХЛЕБ пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6				
ХЛЕБ ржаной	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7				
Итого за прием пищи:	15,4	13,7	85,8	532,2					

Полдник		Цена порции	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Цена порции	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
ПЕЧЕНЬЕ	3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9				
ЧАЙ с лимоном №393	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011			
Итого за прием пищи:	4,3	5,1	52,3	281,9					
Всего за день:	32,4	29,0	212,7	1 258,4					

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет

«Утверждаю

Директор

Согласовано

Директор

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150/2		4,3	4,2	14,8	116,3	93	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5	1	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
Итого за прием пищи:	360		7,5	11,7	42,9	317,2		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	150		1,4	1,8	10,0	61,5	80	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7	289	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500		24,3	24,6	62,3	568,5		
Полдник								
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0	ТТК № 8	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за прием пищи:	247		3,2	2,4	47,5	224,7		
Всего за день:			35,8	38,9	167,4	1173,0		



Директор *Т. В. К.*

Всего за день:

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150/5		4,5	2,1	24,3	134,0	185	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	180		2,6	2,3	14,1	87,8	394	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	6	2011
Итого за прием пищи:	360		8,6	8,1	48,4	306,6		
II Завтрак								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8	57	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		22,0	23,8	22,1	393,4	304	2011
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	500		26,6	27,0	68,6	629,3		
Полдник								
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	376	2011
Итого за прием пищи:	200		1,4	1,7	50,3	223,5		
Всего за день:			37,4	37,0	182,0	1 222,0		

