

Согласовано

живущими МОУ детской сад №16

Женя Ковалева А.В.



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180 150 40	3,8 2,8 3	4,2 2,3 1,2	13,6 11,2 20,6	118 76,2 104,8	TTK №107/1 394 1	2011
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 150 150 150 20 20	0,6 2,3 17,8 0 1,3 1,5	2,7 1,9 16,7 0 0,2 0,1	2,3 12,1 15,8 11,8 8,5 9,7	35,7 74,2 287,3 46,5 40,8 46	TTK №88 TTK №675 376 2011	
Итого за обед		620	23,6	21,6	88,8	530,8		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50/30 110 150/10 15 50	6,6 2,3 0,1 1,1 4,1	7,6 3,3 0 0,1 3,9	15,2 15,6 9,8 7,5 28,9	143,9 104,9 39,4 35,5 167,3	TTK №65 321 392 2011 467	
Итого за Уплотненный полдник		445	14,2	18,1	77,0	481,0		
Всего за день:			48,0	44,6	199,0	1 398,6		
Повар	<i>Алеко</i>							
	<i>Ревенко НВ</i>							

Согласовано

заведующий МОУ Демской школы
Женя Аксенов
13.10.25

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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (горячесвежая) ТТК №104 ЧАЙ С БАХЧАР ОМ, ОВОЩНЫЙ, ДЛЯ ДОМОХОЛДА, ПОСЛАДОЛДА МЯЗДО	150 180/10 БАТОН	6,4 0,1 3	4,8 0 1,2	23,4 9,8 20,8	159,2 39,4 104,8	TTK №104 392 303,4	
Итого за завтрак		380	9,6	6,8	63,8			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200 180	0,8 0,9	0,8 0,2	19,0 17,7	91,2 75,1	368 399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА ЮРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30 150 130 150 20	0,4 2,1 10,9 0,1 1,3	1,9 2,3 16,9 0,1 0,2	2,6 11,7 38,5 17,4 0,2	29,5 75,8 291,9 71,8 8,5	33 TTK №87 TTK №87 372 40,8	2011
Итого за обед		480	14,8	20,4	76,6	509,8		
Уплотненный подник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50 120 180/10/7 50 20	6,5 2,4 0,2 3,8 1,5	8,2 3,3 0 0,3 2,0	2,1 19 10 26,1 14,9	72,7 118,7 125 41,7 83,4	TTK №74 125 393 118,4 434,9	
Итого за Уплотненный подник		437	14,4	13,8	71,1			
Всего за день:				40,4	41,0	238,2	1 614,4	

Повар *Алехин* Регион *МВ*

Согласовано

*затвержданій МЧУ Детский сад №16
Марк Есенин А.В.*

13.12.25

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 1 Вариант 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	180	6,1	3,4	25,8	163	TTK №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	38,4	392	2011
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ №213	64	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак	СОС ЯДЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	180/10	1,5	5	7,5	91,2	TTK №28	
	ЗАЛЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печенье) ТТК №79	150	10,0	6,8	26,3	215,8	TTK № 79	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7,3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		640	14,8	12,1	68,6	426,7		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	TTK №61, №354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ) №166	110	6,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,8	88	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		440	18,4	17,8	83,2	549,76		
Всего за день:			44	38,1	208	1402		

Повар

*Ребятин
Ребячин 413*

Согласовано

затвержденный МОУ Детской школы №16

Алеко Ковалева А.В.

13.10.25

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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	TTK №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	26,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за завтрак		565	10,9	7,9	84,2	378,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	TTK №88	
	ЛЕНТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №85	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	TTK №85	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		560	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотненный пирог								
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,6	TTK №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	1,3	15,8	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный пирог		420	14	14,4	72,8	460,8		
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9		

Повар

Алеко Ковалева А.В.

Согласовано

г. Белгород МОУДемской школы
Женя Ковалева А.В.

13.10.25



Утверждено 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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (горкулевская) ТТК №104 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150 150 30/5/20	6,4 2,3 2,3	4,6 1,8 3,7	23,4 11,4 27,4	159,2 71,3 156,7	TTK №104 385 2	2011
Итого за завтрак		355		11	10,1	62,2	387,2	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180		0,9	0,2	17,7	75,1	399
Итого за 2 завтрак		180		0,9	0,2	17,7	75,1	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 150 130 150 20 40		0,4 2,1 10,9 0,1 1,3 3,1	1,9 2,3 15,9 0 0,2 0,2	2,5 11,7 36,5 21,1 8,5 20,1	29,5 76,8 291,9 84,8 40,8 94,7	33 TTK №87 TTK №67 383 2011
Итого за обед		520		17,9	20,8	100,4	617,6	
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАЛЕЧЕННЫЕ ТТК №77 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 80 120 180 30		0,6 4,9 2,4 0,6 2,3	2,7 5,7 3,3 0,3 0,2	2,3 4,8 19 18,1 15,1	35,7 64,1 118,7 88,3 71	TTK №77 125 398 2011
Итого за Уплотненный подник		410		10,6	12,2	69,3	377,8	
Всего за день:				40,6	43	239,6	1457,6	

Повар Ребекка НВ

Согласовано

*законченной МУДомаша до 01/16
Мин. здравия А.В.*

13.10.25



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 6								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манныя) ТТК №83 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150 150/7/3,5	8,1 0,1	3,4 0	26,8 7	163 29	TTK №83 393	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		365	11,2	6,4	89,5	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕДКИЕ (ЯБЛОКО) №368	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	ОГУРЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30 150	0,2 2,3	0 1,9	0,6 12,1	3,8 74,2		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	TTK №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	376		2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		540	15,3	12,9	89,2	483		
Уплотненный пирог	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	TTK №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный пирог		400	16	22,3	89,5	586,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		
Повар	<i>Петров Радим Николаевич</i>							

Согласовано

заключающей исследовательской школы №16

Мария Жданова

13.02.25

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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	180,3	TTK №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,8		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		365	11,7	10,8	31,7	316		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	TTK №202	
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	TTK №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за обед		560	22,1	12	86,8	563,4		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	TTK №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,8	394	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Всего за день:		430	15,1	14,3	87,7	480,1		
Повар	<i>Петр</i>							
	<i>Ребенко Н.Р.</i>							

Согласовано

г. Барнаул, УОУДомской, д. 16
Женя Женищ А.В.

13.10.25

Утверждаю ООО Алеко

Ковалева А.Р.



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 8								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №63	150	8,1	3,4	26,8	163	TTK №63	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,6	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	?	2011
Итого за завтрак		365	11,2	8,4	89,5	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	18,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	18,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,6	3,9		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ ВУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	TTK №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	TTK №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	90	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,6	58,2		
Итого за обед		540	18,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный полдник	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	130/40	10,3	18,3	43,8	344,3	TTK №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	16	22,3	89,8	586,6		
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5		

Повар Ребека

Уважаю на

Согласовано

заслушавший МОУ Детский сад №16

Григорьевич АЛЕКСАНДР

15.10.25

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	№ рецептурь	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН	150 150 50	7 4,3 3,8	3,5 3,7 1,5	29,1 7 25,7	175,1 78,6 131	TTK №105 400 2011	
Итого за завтрак		350	16,1	8,7	81,8	384,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №389	180	0,8	0,2	17,7	75,1	389	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,8	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30 150/10 130/5 150 40	0,4 1,5 8,9 0,1 2,6	1,0 8 12,2 0 0,4	2,5 7,5 14,2 21,1 17	29,5 91,2 181,8 84,8 81,6	33 TTK №28 TTK №68 383 2011	
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 КЕФИР №401 БАТОН	130/50 180 40	10,2 6,1 3	12,3 4,4 1,2	29,5 7 20,6	385,6 92,5 104,6	TTK №151, 477 401 2011	
Итого за Уплотненный полдник		600	14,3	17,8	57,1	562,9		
Всего за день:				63,8	46,3	198,9	1491,6	

Повар Полякова Т.В.

Согласовано

*заключающей МОУ Детский сад №16
Ставрик Оксана А.В.*

13.10.25

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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	5,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		360	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,8	3,9		
	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	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378	150	0	0	11,6	46,5	378	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		640	21	18,9	66,2	484,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНОМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,08		
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		

Повар *Ребяч Елена Н.В.*

Согласовано

*затвержденный МОУ Детский сад №16
Мария А.В.*



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
Итого за завтрак		360	10,4	8,6	48,8	367,7		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЛОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,8	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	20,1	10,3	79,5	511,2		
Уплотненный полдник								
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ОМЕТАННЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	16,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	26,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		487	15	18	76,4	517,1		
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473		
Повар	<i>Петяев</i>	<i>Петрович</i>						

Согласовано

запущенный МЧУ Детской школы
Анна Асмус А.В.

13.10.25



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 12								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (горячесливочная) ТТК №104 КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ №385 БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150 150 30/5/20 385	6,4 2,3 2,3 11	4,8 1,8 3,7 10,1	23,4 11,4 27,4 62,2	159,2 71,3 156,7 387,2	TTK №104 395 2 387,2	2011 2011
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180 180	0,9 0,9	0,2 0,2	17,7 17,7	76,1 76,1	399	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №57 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30 150 130 150 20	0,4 2,1 10,9 0,1 1,3	1,9 2,3 16,9 0 0,2	2,5 11,7 36,6 21,1 8,5	29,6 75,8 291,8 84,8 40,8	33 TTK №67 TTK №67 383	2011 2011
Итого за обед								
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125 НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 50 120 180 30	0,8 4,9 2,4 0,6 2,3	2,7 5,7 3,3 0,3 0,2	2,3 4,8 19 18,1 15,1	35,7 84,1 116,7 88,3 71	TTK №77 125 398	2011 2011
Итого за Уплотненный подник								
Всего за день:		410	10,8	12,2	89,3	377,8	1457,8	
Повар	<i>Алеко</i>							
	<i>Ревенко Н.В.</i>							

Согласовано

заведующий МОУ детской с/ш №16
Аксенова А.В.

13.10.25



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 13								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №384	150 180	7 2,8	3,5 2,4	29,1 9	175,1 81,3	ТТК №105 394	2011
Итого за завтрак	БАТОН	50 360	3,8 13,8	1,5 7,4	25,7 63,8	131 387,4		
2 Завтрак	СОС ЯБЛОЧНЫЙ №399	180 180	0,9 0,9	0,2 0,2	17,7 17,7	78,1 78,1	399	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30 150	0,2 2,3	0 1,9	0,6 12,1	3,9 74,2		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №55 КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	50/30 120	6,6 2,7	7,8 4,5	15,2 11,5	143,9 98,6	ТТК №55 336	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150 40	0 2,6	0 0,4	11,6 17	46,5 51,6	376	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 590	1,5 15,8	0,1 14,7	9,7 77,6	46 494,7		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНОМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №382	50 120 180/10	6,5 3,1 0,1	8,2 3,1 0	2,1 31,8 9,8	72,7 171,1 39,4	ТТК №74 166	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	20 50	1,5 4	0,1 3	9,7 29,6	46 160,9	392 473	2011
Итого за Уплотненный полдник		430	15,2	14,4	83	490,1		
Всего за день:			45,6	38,7	242,1	1447,3		
Повар	Pedya	Аксенова А.В.						

Согласовано

*заведующий МОУ Демской общеобразовательной школой №16
Марина И.В.*

13.10.25

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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 14								
Завтрак								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,6	180,3	TTK №72	
	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		390	11,8	12,5	39,2	360,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬСНЕ ТТК №26	150	1,5	3	7,1	62,4	TTK №26	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	TTK №75	
	КОМПЛЕКТ 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		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		505	12,3	13,8	64,7	402,3		
Уплотненный полдник								
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	TTK №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	86,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	16,1	71		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		450	19,4	18,6	104	646,8		
Всего за день:			44,4	44,9	216,6	1 484,8		

Повар *Алеко* Ребенко Н.В.

Согласовано

заседающейся МОУ Детский сад №16
Руководитель АВ

13.10.25



Утверждал: 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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15								
Завтрак								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №108	150	4,4	4,1	12,5	106,5	TTK №106	
	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БАТОН	45	3,4	1,8	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,8	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	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								
	ИКРА ЖАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	84,2	TTK №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	TTK №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНИЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		500	16,2	20,7	88,2	563,4		
Уплотненный полдник								
	КОЛЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	8,3	8,5	15,1	144,96	TTK №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7	46		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4	3	29,8	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		427	14	16,9	75,2	481,26		
Всего за день:			42,3	46,1	229,4	1459,26		
Повар	<i>Ребус</i>	<i>Рекоменд. №13</i>						

Согласовано

*живодущий МОУ Детский сад №16
Рязань Оксана ИВ*

13.10.25



Утврждаю: 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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 16								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	TTK №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	68,8	507,9		
2 Завтрак								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,6	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	TTK №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВощАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	TTK №66	
	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Уплотненный подник								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	6,2	2,1	72,7	TTK №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	8,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	50	4,1	3,9	28,9	167,3	487	2011
Итого за Уплотненный подник		420	14,5	16,8	66,1	430,3		
Всего за день:								
Повар	<i>Алеко - Ребекка НВ</i>		49	43,4	224,8	1466,8		

Согласовано

*запечатавший МОУ Детский сад №16
Мусат Жанна ИВ*

13.10.25



Утверждено: 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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17								
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150 180	2,3 2,7	6,0 2,3	23,7 14,0	163,5 87,6	TTK №102 394	2011
	БАТОН СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	20 5	1,5 1,2	0,6 1,5	10,3 0	52,4 17,7	7	2011
Итого за завтрак		355		7,7	18,4	48,0	321,2	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180 180	0,8 0,8	0,2 0,2	17,7 17,7	75,1 75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ НА МЯСО-КОСТИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200 ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №80 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30 150/5 50/30 110 150 20	0,4 1,2 8,3 4,1 0,1 1,3	1,9 3 9,8 4,4 0 0,2	2,5 5,4 15,8 26,3 0 8,5	29,5 54,8 154,2 186,1 84,8 40,8	33 TTK №200 TTK №80 205 383	2011
Итого за обед		645	15,4	18,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 КЕФИР №401	130/50 180	16,3 5,1	13,2 4,4	27,4 7	365,8 92,5	TTK №151, 477 401	
Итого за Уплотненный полдник		40 400	3 24,4	1,2 18,8	20,6 88	104,8 883,1		2011
Всего за день:				48,4	48,7	200,1	1489,6	
Повар	<i>Алена</i>	<i>Девянина</i>						

Согласовано

заседающий заведующий МОУ Детской сад №16
Женя Аксинич А.В.



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	# рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (горкулевская) ТТК №104 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №382	150 180/10	6,4 0,1	4,6 0	23,4 9,8	189,2 39,4	TTK №104 382	2011
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,6		
		386	9,5	6,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200 180	0,8 0,9	0,8 0,2	19,0 17,7	91,2 76,1	368 399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	30 150	0,4 2,1	1,9 2,3	2,6 11,7	29,6 76,8	33 TTK №87	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87	130	10,9	19,0	36,6	281,9	TTK №87	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	17,6	26,7	94,8	596,6		
Уплотненный пирог	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	50/30 110	6,6 2	7,8 4,3	16,2 10,6	143,9 97,7	TTK №65 344	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный пирог	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Всего за день:		412	10,7	12,3	48,6	342,6		
Повар	<u>Ребяч</u> <u>Петровас Н.В.</u>		39,6	36,6	233,8	1 406,6		

Согласовано

*директор МОУ Детской школы №6
Мария Александровна А.В.*



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 19								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	30 130 150 40	0,6 8,1 2,6 3	2,7 8,4 2,3 1,2	2,3 6,6 11,2 20,6	35,7 180,3 76,2 104,6		
Итого за завтрак		350	14,3	14,8	40,6	387		
2 Завтрак	СОС ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180 180	0,9 0,9	0,2 0,2	17,7 17,7	75,1 75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак								
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ОГУРЕЦ САЛАТ С ОГУРЕЦАМИ ПРОДУКТЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТТК №66 ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ ПЕКЛЁВАННЫЙ	30 150 150 150 40	0,2 2,3 14,4 0 2,6	0 1,8 13,6 0 0,4	0,6 12,7 14,7 11,6 17	3,9 75,1 241,6 45,6 81,6		
Итого за обед		520	19,6	16,8	56,8	448,6		
Уплотненный полдник	КОЛЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 КАЦА РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МИДОМ, ПОВИДЛОМ №392 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50 120 180/10 40	6,3 6,3 0,1 3,1	8,5 4,68 0 0,2	18,1 28,7 9,8 20,1	144,96 203 39,4 94,7	ТТК №61 166 392	2011
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	15,18	73,7	482,06		
Всего за день:			50,6	43,78	188,6	1402,76		
Повар	<i>Алеко</i>							
	<i>Ребенок №3</i>							

Согласовано

заглавиосущий МОУ Детская сад. №16
Жук Елизавета А.В.



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	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 20								
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	TTK №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	160	2,4	1,9	12,2	76,1	395	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		358	13,8	8,1	81,9	373,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЮНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	82,4	TTK №28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	TTK №61	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	6,4	26,3	166,1	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	8,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за обед		535	15,8	19	92,9	593,96		
Уплотненный полдник								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5		
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНИЦА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №32/№354	100/30	8,5	8,7	15,9	201,4	TTK №32, 354	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №382	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		400	12	11,8	81,2	375,7		
Всего за день:								
Повар	<u>Ребека - Ребекка Н.В.</u>							
			42,2	39,7	228	1434,56		