

СОГЛАСОВАНО

*Я. В. Ковалева*  
*А. В. Ковалева*

09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алеко

Ковалева А.В.



Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ (РИСОВОЙ) ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,3	4,4	15,0	131,5	ТТК №107	
		200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		30/10	2,4	7,5	15,2	145,3	1	2011
		420	9,7	14,4	45,8	374,7		
		<b>Итого за завтрак</b>						
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОЧУДНОЙ КАЛУСТЫ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
		180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
		150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	2011
		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		
		650	27,7	21,8	89,9	673,1		
<b>Итого за обед</b>								
Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬ С СОУСОМ (говядина) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	2011
		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	467	2011
		50	4,1	3,9	28,9	167,3		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		

Повар



Согласовано

*Александров Александр*  
*А.А. Александров*  
 09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алго

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 3	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) ЧАИ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ БАТОН ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011			
		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392				
		20	1,5	0,6	10,3	52,4					
		64	5,5	5,0	0,3	68,6	213				
		445	14,4	9,8	51,8	351,7					
Итого за завтрак		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 СВЕЖИЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ЧАИ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		2011			
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28				
		150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №79				
		180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393				
		20	1,5	0,1	9,7	46,0					
		40	2,6	0,4	17,0	81,6					
		647	16,4	12,5	72,1	487,1					
		Итого за обед		60	1,0	1,9	6,2		47,8	324	2011
		Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА) КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА	70/30	12,0	16,4	12,7		257,0	ТТК №61, 354	2011
				130	7,0	4,8	32,0		208,5	166	
180	0,1			0,1	20,9	86,0	372				
60	4,4			0,4	29,2	137,8					
50	4,0			3,0	29,6	160,9	473				
580	28,5			26,6	130,6	898,0					
Итого за Уплотненный полдник		60,3	49,1	274,1	1 820,2						
Всего за день:											

Повар

СОГЛАСОВАНО

*В.В. Ковалева*

*09.01.2025*

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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



Премь пищи	Премь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак Бармант 1	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ПРЕЧЕВОЙ)	180	5.3	4.8	15.1	125.3	ТТК № 05	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0.2	0.0	10.0	41.7	163	2011	
	САТЕРПОД С ОСЛОМ	40/51/5	5.4	3.1	13.5	182.3	3	2011	
	ФРУКТЫ ОСЕННИЕ (ЯБЛОКО)	200	0.8	0.8	18.0	51.2	368	2011	
	Итого за завтрак		537	12.7	13.7	51.5	449.5		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	13.5	52.4	359	2011	
Итого за 2 завтрака		200	1.0	0.2	13.5	52.4			
Обед	ПЮДИНЫ ОСЕКОЕ	60	0.7	0.0	1.4	3.1	ТТК №04		
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С СОСИСАМИ (ГОРОХ) НА МЯСНО-КОСТОМ СУПЧЕ	180	4.7	3.3	13.5	102.3	ТТК №02	2011	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10.3	12.4	11.0	182.4	205	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАКОНОМ	130	4.9	4.4	11.7	62.5	375	2011	
	КОМПОТ ИЗ СЛИВЧАК ФРУКТОВ	200	2.0	1.0	11.0	37.5			
	КОФЕ ЛЕГКОЕ САХАРНЫМ	40	2.5	1.4	11.0	45.3			
	КОФЕ ПИЛЕННЫЙ	20	1.3	0.1	3.7	45.3			
	Итого за обед		730	24.7	21.2	84.3	394.8		
	Удобрительный продукт	КОФЕ ТА БИВЕННЯ ИЗ ПИЛЧЫ	70	11.5	11.5	11.7	91.9	ТТК №02	2011
		ПРОСЯ КАРТОВЕЛЬНОЕ	130	2.7	3.3	18.0	59.4	371	2011
ЧАЙ С САХАРОМ БИВЕННЯ ДИЕТИЧЕСКАЯ ПИЩА		180/107	0.1	0.0	9.8	31.4	368	2011	
КОФЕ ЛЕГКОЕ САХАРНЫМ		50	3.8	1.5	11.7	51.9	475	2011	
КОФЕ ПИЛЕННЫЙ		20	4.0	1.0	11.7	51.9			
Итого за удобрительный продукт		500	26.1	16.8	57.9	248.5			

Итого:

Согласовано

*Ирина Владимировна Сулейманова*  
*Ирина Владимировна Сулейманова*

09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.



Прем лица	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5	ЗАВТРАК 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	2011
		305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
		Итого за завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	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	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	610	35,4	36,1	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		
		70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
		130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
		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 \_\_\_\_\_

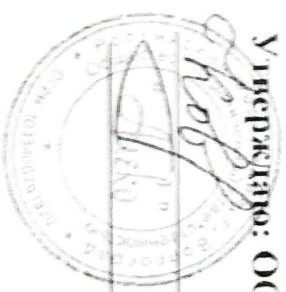
КОМПЬЮТЕРНО

*И. В. Ковалева*  
№ 01/0025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна - Лето

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



Учреждение: ООО Алго

Ковалева А.В.

Прочие овощи	Прочие овощи, наименование продукта	Масса порции	Измерение количества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Единиц, г	Жиров, г	Углеводов, г			
Завтрак	пшеница мягкая (пшеница) сорт 1 (пшеница) сорт 1 (пшеница)	100	7,3	4,2	41,4	191,3	11N №81	2011
		100/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	303	
		30	2,3	0,9	12,4	78,6	?	
		10	2,3	3,0	0,0	30,4	?	
417		12,1	8,1	56,8	349,0			
Итого за завтрак	пшеница мягкая (пшеница)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	кв8	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
		60	0,4	0,1	4,2	27,3	11N №88	
		100	2,7	2,1	14,8	89,2		
Обед	картофель (картофель)	100	13,2	13,1	13,4	244,4	11N №75	2011
		100/0	0,0	0,0	12,8	61,0	370	
		200	0,0	0,0	12,8	61,0		
		60	3,3	0,4	21,2	102,0		
60	2,0	0,3	20,1	112,4				
120		23,4	16,0	80,0	412,4			
Итого за обед	картофель (картофель)	100/0	19,1	19,1	38,7	404,4	11N №84, 87	2011
		100/10/7	0,2	0,0	12,0	41,2	303	
		20	1,5	0,1	4,2	46,0	407	
		60	4,1	3,0	28,0	167,3	407	
407		64,0	22,1	80,4	404,4			
61,0		61,0	47,0	284,7	1912,0			
Итого за ужин	картофель (картофель)	100	13,2	13,1	13,4	244,4	11N №75	2011
		100/0	0,0	0,0	12,8	61,0	370	
		200	0,0	0,0	12,8	61,0		
		60	3,3	0,4	21,2	102,0		
60	2,0	0,3	20,1	112,4				
120		23,4	16,0	80,0	412,4			

СОГЛАСОВАНО

*Ирина Владимировна Ковалева*  
 09.01.2025

Утверждено ООО Алеко

*Ирина Владимировна Ковалева*  
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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			
Завтрак Неделя 2 Вариант 7	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	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-ДЕРЖИКОСОВЫЙ	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 СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ СРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		655	25,1	15,8	85,4	606,2		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ПРОЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	ХЛЕБ ПШЕ НИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	473	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9		
Итого за Уплотненный полдник		530	22,7	22,7	92,5	677,9		
Всего за день:			67,5	63,0	229,5	1794,4		

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

*Величко Елена Викторовна*  
*Ведущий врач*

09.01.2025

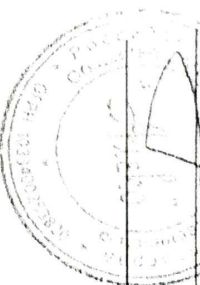
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алеко

*Ковалева А.В.*  
 Ковалева А.В.



Присм пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 8	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	7	
		СЫР (ТОРТИЛЬЯ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
		Итого за завтрак	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
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	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88	2011
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
		ХЛЕБ ПЕКАВАЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	184	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	612,4	
		Итого за обед	720	23,4	16,0	90,5			
		Уплотненный полдник	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	САХАРНЫЙ ПЛОДОВЫЙ НАПИТОК	150/50	19,1	18,1	39,7	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107			0,2	0,0	10,0	41,7	393	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			1,5	0,1	9,7	46,0	467	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50			4,1	3,9	28,9	167,3	2011	
Итого за Уплотненный полдник	467			24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9			

Пловар

СОГЛАСОВАНО

*Александровский И.С. Урванж*  
*М.А. Семенович*

09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО Алско

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 2 Вариант 9	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ) МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
		180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
		30	2,3	0,9	15,4	73,6		
		10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		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	2011
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 ПЕКОЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
		180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
		150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	
		180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
		50	3,3	0,4	21,2	102,0		
		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,8	634,7		
Итого за обед								
Уплотнительный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
		200	5,6	4,9	7,8	102,8	431	2011
		50	3,8	1,5	25,7	131,0		
БАТОН								
Итого за Уплотнительный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5		
Итого за день:			82,9	58,9	230,7	1 804,3		

Повар

Согласовано

*И. В. Ковалева*  
09.01.2025

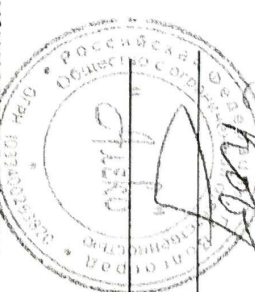
Утверждено: ООО Алго

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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 2 Вариант 10	Завтрак	ИЖРА КАЕДЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
			430	21,6	26,8	37,8	484,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	19,6	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	19,6	83,4		
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
		КОМОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	Итого за обед	670	23,9	16,4	88,4	599,9			
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	382	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за Уплотненный полдник	450	22,1	21,0	72,8	579,3			
	Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1 807,4			

Повар \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

*Ирина Александровна Ковалева*  
09.04.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждает: ООО Алесо

Ковалева А.В.



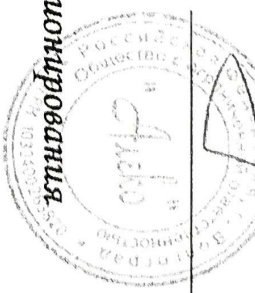
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	2011
	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9	395	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	1	2011
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1	382,2		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЖМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
	Итого за 2 завтрак	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №87	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	2,1	13,9	85,7		
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК №64, 348	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАНСКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
Итого за обед		670	23,9	11,8	105,8	648,7		
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50	1,1	2,4	5,6	49,9	54	2011
	КОТЛЕТКА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4	ТТК №62, 355	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
Итого за Уплотненный полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		602	23,6	24,6	98,6	724,1		
Всего за день:			58,1	51,0	284,4	1 892,0		

Повар



2025

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



Утверждаю: ООО 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 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	180	7,8	5,5	29,0	197,5	ТТК №104	2011
		200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	
		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	
		435	13,2	11,6	73,5	457,4		
		Итого за завтрак	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 КАЛУСТЫ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПЛОД 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	495,1	ТТК №67	
		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	36,1	90,1	833,0		
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		2011
		70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
		130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	
		180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	
		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 \_\_\_\_\_



2025  
 2025  
 2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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	Сборник рецептур				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Неделя 3 Вариант 13	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011			
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394		2011		
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2		2011		
		Итого за завтрак	415	13,3	10,2	77,1	457,7					
		Итого за 2 завтрак	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	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	50	0,4	0,1	0,9	6,5					
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2		ТТК №88			
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (свежий)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3		ТТК №65	2011		
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9		396	2011		
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8		376	2011		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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					
		Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	70	11,8	6,6	3,1	122,6		ТТК №74	2011
				КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1		166	2011
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10			0,1	0,0	9,8	39,4		392	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30			2,3	0,2	15,1	71,0					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50			4,0	3,0	29,6	160,9		473	2011		
Итого за Уплотненный полдник	500	22,1	13,7	97,3	608,0							
Всего за день:		58,3	44,2	283,2	1 785,8							

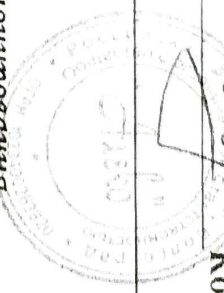
Повар \_\_\_\_\_



*С. И. М. Ф. К.*  
*В. С. М. К.*  
 09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Весна-Лето

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



Утверждаю: ООО 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				
<b>Неделя 3</b>									
<b>Вариант 14</b>									
<b>Завтрак</b>	ИМРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		392	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
	Итого за завтрак		420	17,9	24,0	28,9	400,7		
<b>2 Завтрак</b>									
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4		399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
<b>Обед</b>									
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8		ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5			
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75		2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0		372	
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0			
Итого за обед		640	19,6	16,6	69,6	516,3			
<b>Уплотненный полдник</b>									
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205		2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3		399	2011
	ХЛЕБ ПШЕНЧАНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3		467	2011
Итого за Уплотненный полдник		490	23,4	21,9	101,5	718,3			
Всего за день:			61,9	62,7	217,6	1 818,7			

Повар \_\_\_\_\_



09.01.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования



Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.В.

Пример пищи	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (ПРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	130	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106		
	СЫР (ПОРЦИЙНИЙ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011	
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	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	369,6			
2 Завтрак	ОБУГЛЫ СВЕЖИЕ (ВЕЛОКО) №388	206	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011	
Итого за 2 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ИМРА КАЗАКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	СУП С КРУПЮЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	160	2,2	1,9	12,9	79,0	ТТК №44		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	28,9	31,2	24,8	489,1	ТТК №67		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	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	887,2			
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛАДКАМИ №34	200	3,0	2,5	15,6	97,3	34	2011	
Итого за полдник		250	7,0	5,5	45,2	258,2			
Ужин	КОТЛЕТЫ, ЕДИОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61		
	РАГУ ОВОШНОЕ (3 ВАРИАНТ) №34	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9			
Итого за ужин	452	17,3	21,3	53,5	493,7				
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011	
Итого за 2 ужина		180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		180	80,9	81,5	275,7	2 192,4			

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Руководитель ИИОД №30  
 А.В. Ковалева

09.01.2025 ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Весна-Лето  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Утверждено: ООО Алёко  
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 3 День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106	
	СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	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	369,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	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	КОРДА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	СУП С КРУТОЙ НА КУРИНОМ БУЛОНЕ ТТК №44	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК №44	
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИД, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		630	37,0	38,1	98,2	887,2		
Полдник	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
Итого за Полдник		250	7,0	5,5	45,2	258,2		
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЛИ РУБЕЛЕННЫЕ ТТК №61	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9		
	Итого за Ужин		452	17,3	21,3	53,5	493,7	
2 Ужин	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7,0	92,5	401	2011
Итого за 2 Ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		180	80,9	81,5	275,7	2 192,4		

Повар \_\_\_\_\_

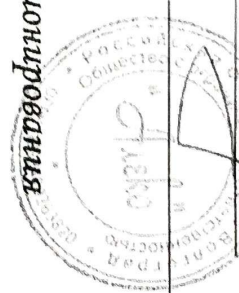


09.01.2025  
*Синица*

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

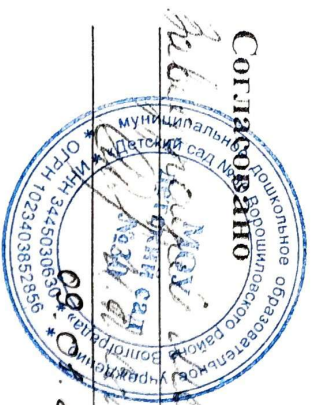
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждаю: ООО Адеко  
 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 16	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	2011	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395		
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	27,4	156,7		2
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	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 СВЕЖИЙ	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	70,2	ТТК №47	2011
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,0	3,6	7,2	241,5	241,5	ТТК №66	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	55,8	376	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	81,6		
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	125,1		
		Итого за обед	630	21,7	20,6	76,1	580,7			
		Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	11,8	6,6	3,1	122,6	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	130			2,7	3,9	18,5	124,4	321		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10			0,1	0,0	9,8	39,4	39,4	392	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40			3,1	0,2	20,1	94,7	94,7		
Итого за Уплотненный полдник	50			4,1	3,9	28,9	187,3	187,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник	490	21,8	14,6	80,4	548,4					
Всего за день:			59,5	46,9	286,0	1745,9				

Повар \_\_\_\_\_



И.И. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

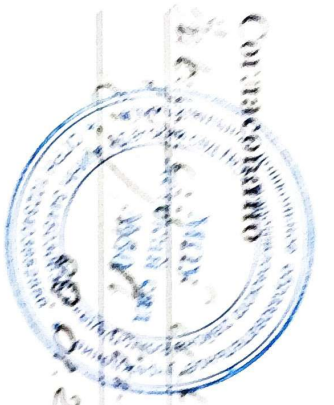


Утверждаю: 000 Алеко

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 4 Вариант 17	КАША вязкая молочная (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2	ТТК №102	2011
	ЧАЙ с молоком или сливками	180	2,7	2,3	14,0	87,5	394	2011
	БУТЕРБРОД с сыром	305/10	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 мелкоочученной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	БОРЩ на мясе костном бульоне со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	76,5	ТТК №200	2011
	ОРИЗДАТЕЛЬКИ 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	205	2011
	КИСЕЛЬ из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,5	383	2011
Итого за обед	ХЛЕБ пеклеварный	40	2,6	0,4	17,0	81,5		
		685	21,2	24,6	93,7	696,6		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	ТТК №151, 477	2011
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,6	401	2011
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		
		480	36,7	27,4	58,5	647,3		
Всего за день:			68,7	68,4	228,8	1952,7		

Повар



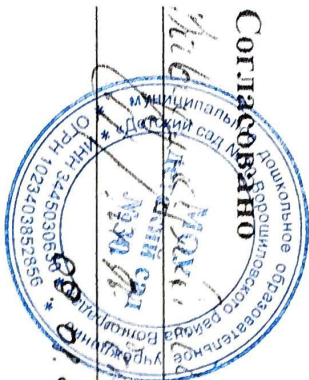
Исполнитель  
И.С.Сев

ФЕДЕРАЛЬНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Весна-Лето

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

Утверждено: 000 Алёко  
Ковалева А.В.

Проект пищи	Проект пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Бюджет 18	КАША МЯСНАЯ (ПЕЧЕНЕЦОВА)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТР №124	2011
	САЛАТ С ГОВЯДИНОЙ, БАБОЧКАМИ, ЛЕГКАМИ МЕЛКО ИЗРЕЗАННО	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№2	
	ОМЛЕТ (КОМБИНАРИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	
	БАЛЕТЫ	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
Итого за завтрак		430	12,1	9,2	51,2	337,0		
2 Завтрак	ФРИТТИН СЫРНЫЙ (ОБЛАЧКО)	200	0,6	0,6	19,2	91,2	№3	2011
	СЫР СЫРОКОМБИ	200	1,0	0,2	19,8	83,4	№3	
	ОМЛЕТ СЫРНЫЙ	400	1,8	1,0	26,6	174,6		
	Омлет из сыр-каши	80	0,7	2,9	4,1	49,6	№3	
Обед	САЛКАРТОНОВЫЙ СЫР С СОУСОМ (ТОРОН) НА КУРЯЧАХ СУ-ХОМЕ	180	4,7	3,9	13,6	113,8	ТР №43	2011
	ПЕЧЕНЕЦ ИЗ ПИЦЦЫ	180	28,9	31,2	29,8	427,1	ТР №67	
	КОМБИТ ИЗ СЫРНОЙ ПИЦЦЫ	180	0,1	0,1	29,9	36,0	№7	
	МЯСНО-ПЕЧЕНЕЦОВАЯ	80	2,0	0,3	12,7	67,2		
	МЯСНО-ПЕЧЕНЕЦОВАЯ	20	1,5	0,1	9,1	46,2		
	Итого за обед		610	37,9	38,5	236,8	№22	
Ужинотрапезная ПОЛДНИК	ПЕЧЕНЕЦЫ С ОВОЩАМИ (КОРНЕИ)	70/80	10,3	12,4	11,6	260,7	ТР №25	2011
	САЛАТ ОВОЩНЫЙ (3 САРМАТЫ)	150	2,3	6,9	14,6	72,8	№4	
	САЛАТ С ПИЦЦОЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,7	47,1	№5	
	ЧЕБЫ ПЕЧЕНЕЦОВАЯ	20	1,8	2,1	9,7	46,2		
Итого за ужинотрапезную ПОЛДНИК		467	14,6	21,4	46,6	№7,8		
Итого за день			65,6	67,1	211,2	1777,4		



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Утверждаю: ООО 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 4 Вариант 19	Завтрак								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	299,4	ТТК №72	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	430	21,6	26,6	37,8	484,8			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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		СУП РЕЦЕПТ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №88	
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №88	
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
		КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
		Итого за обед	670	23,9	16,4	88,4	599,9		
Уплотненный полдник		КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №61	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	166	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за уплотненный полдник	450	22,1	21,0	72,8	579,3			
	Всего за день:		68,6	64,4	218,6	1807,4			

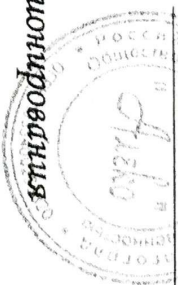
Повар \_\_\_\_\_



*Handwritten signature and date:*  
 09.01.2025  
 A. Kovalava

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Весна-Лето**

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



Утверждаю: 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 4 Вариант 20	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	2011
	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 завтрака		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	ТТК №28	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №51	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	205	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	383	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6		
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
	Итого за обед		680	24,5	28,4	112,6	816,1	
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №32, 355	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3	392	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		
	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:			55,7	51,3	259,7	1 762,3		

Повар \_\_\_\_\_