

Утверждаю:

Региональный руководитель ООО «КСП»

Е. С. Прокудина

« 12 » \_\_\_\_\_ 2026 г.



Согласовано:

Заведующий муниципального образовательного учреждения

«Детский сад № 24 Центрального района г. Волгограда»

*Васильева*

« 12 » \_\_\_\_\_ 2026 г.



### ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

**Приложение 1**  
к Дополнительному соглашению  
к Договору на оказание услуг по организации питания

Утверждено	Согласовано
Исполнитель	Заказчик

Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования  
1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>		<b>374,7</b>
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>		<b>83,4</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>		<b>624,4</b>
<b>Подливки</b>						
ХЛЕБОВОУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>57,3</b>		<b>281,3</b>
<b>Ужины</b>						
ПЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>16,9</b>	<b>16,6</b>	<b>64,4</b>		<b>487,5</b>
<b>2 Ужины</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>		<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>		<b>1 943,8</b>

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.В. Ковалева

Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. Заказчик

Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

2 Вариант

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИТКАЯ (ПЕРГУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИЦЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,0</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЬИМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>38,0</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>	<b>857,2</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВУЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>	
<b>Ужин</b>						
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>457</b>	<b>18,0</b>	<b>10,9</b>	<b>57,0</b>	<b>407,3</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>79,1</b>	<b>67,6</b>	<b>298,4</b>	<b>2 143,5</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. А.В. Ковалева

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

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

3 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖЕЛТКАЯ (МАННА)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИЦЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ЯБЛОЧНОЕ ПИЛОДО (с яблок варенье, омлет, дрожжи и т.д.)	1					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ЯБЛОДО ИЗ СУШЕНОДУКТОВ (варенье, до-пропаривание, оладьи на печени, жаркое из субпродуктов и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛЕМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>	
<b>Полдник</b>						
КОМПТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>6,8</b>	<b>7,4</b>	<b>52,8</b>	<b>305,8</b>	
<b>Ужин</b>						
ПРОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ, ВИТОУЖА, ШНИЦЫ РУБЕЖНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫЛЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ)	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОД	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>24,5</b>	<b>23,6</b>	<b>101,0</b>	<b>737,1</b>	
<b>2 Ужин</b>						
ИНСОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>68,2</b>	<b>57,9</b>	<b>304,3</b>	<b>2 057,6</b>	

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

Заместитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П.

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет 24 часовой режим функционирования

4 Вариант

Присев пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,6</b>	<b>440,5</b>	
<b>2 завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (соевая)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВОУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>	
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>442</b>	<b>17,8</b>	<b>16,8</b>	<b>63,1</b>	<b>481,9</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>65,4</b>	<b>59,3</b>	<b>310,6</b>	<b>2 074,8</b>	

Исполнитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А. В. Ковалева

Закладчик  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П.

**Примерное 20-ти дневное меню**  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РЕЧНЕВОЙ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ДИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,6</b>	<b>440,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИЛ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>	
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ДИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>442</b>	<b>17,8</b>	<b>16,8</b>	<b>63,1</b>	<b>481,9</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>65,4</b>	<b>59,3</b>	<b>310,6</b>	<b>2 074,8</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Ковалева  
 М.П.

Руководитель \_\_\_\_\_  
 Заместитель \_\_\_\_\_  
 М.П.

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖЕЛТКАЯ (ГЕРНУЛЕСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА ВЪЛБОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>	
<b>Полдник</b>						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КАКАО С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>7,7</b>	<b>8,2</b>	<b>53,7</b>	<b>321,1</b>	
<b>Ужин</b>						
КИРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
РЫБНОЕ ВЪЛДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>69,5</b>	<b>508,6</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>80,6</b>	<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,0</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Ковалева  
 М.П.

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИЛКЛАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТК
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТК
ГОЛУБЦЫ, ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВАЯ ЛУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>38,7</b>	<b>206,7</b>	
<b>Ужин</b>						
ТВОРОЖНОЕ ЕЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>452</b>	<b>22,8</b>	<b>19,0</b>	<b>72,3</b>	<b>558,7</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 909,5</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. А.В. Ковалева

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

**7 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Икра казачковая консервированная</b>						
	<b>Завтрак</b>					
Яичное блюдо (яйцо вареное, омлет, дрочена и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	150					Сборник рецептов или ТТК
Хлеб в ассортименте	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	30					Сборник рецептов или ТТК
	430	18,7	24,3	32,0	426,9	
<b>СОК В АССОРТИМЕНТЕ</b>						
	<b>2 Завтрак</b>					
	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
<b>ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ</b>						
	<b>Обед</b>					
Суп картофельный с мясными фрикадельками	50					Сборник рецептов или ТТК
Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	180/25					Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	150/30					Сборник рецептов или ТТК
Хлеб в ассортименте	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	40					Сборник рецептов или ТТК
	655	25,1	15,8	85,4	606,2	
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b>						
	<b>Полдник</b>					
Напиток из плодов шиповника	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200					Сборник рецептов или ТТК
	250	4,5	5,2	57,3	306,6	
<b>ПЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)</b>						
	<b>Ужин</b>					
Проре картофельное	70/30					Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками	150					Сборник рецептов или ТТК
Хлеб в ассортименте	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	30					Сборник рецептов или ТТК
	480	18,7	19,7	62,9	517,0	
<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ</b>						
	<b>2 Ужин</b>					
Итого за прием пищи:	180					Сборник рецептов или ТТК
	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		73,1	69,6	264,2	2 032,6	

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.В. Кокалова

Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. \_\_\_\_\_  
Значник

Примерное 20-ти дневное меню

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

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИТКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ТОРЦИМЕД)	10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>38,7</b>	<b>206,7</b>	
<b>Ужин</b>						
ТВОРОЖНОЕ БИЛДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>452</b>	<b>22,8</b>	<b>19,0</b>	<b>72,3</b>	<b>558,7</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 909,5</b>	

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Ковалева  
М.П.

Руководитель \_\_\_\_\_  
М.П. \_\_\_\_\_  
Значок

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ТОРЦИМИН)	10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (печень по-строгановски, оладьи из печени, жаркое из субпродуктов и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>	<b>634,7</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВОУЛЮЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>38,7</b>	<b>206,7</b>	
<b>Ужин</b>						
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИГОВНИКА	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>31,9</b>	<b>21,8</b>	<b>70,3</b>	<b>632,5</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>87,0</b>	<b>62,7</b>	<b>281,8</b>	<b>2 072,5</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. А.В. Ковалева

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

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

10 Вариант

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ИРРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЯГЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, дрочена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>21,6</b>	<b>26,8</b>	<b>37,8</b>	<b>484,8</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>16,4</b>	<b>88,4</b>	<b>599,9</b>	
<b>Полдник</b>						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>6,9</b>	<b>7,3</b>	<b>54,2</b>	<b>311,6</b>	
<b>Ужин</b>						
КОГТЕЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>22,1</b>	<b>21,0</b>	<b>72,8</b>	<b>579,3</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>80,6</b>	<b>76,1</b>	<b>279,8</b>	<b>2 151,5</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ А. В. Ковалева  
 М.П. \_\_\_\_\_

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

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования  
 11 Вариант

Примерное меню, наименование блюда	Месяц появил	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КЕФИРОМ (РИСОМ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЛИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый завтрак:	405	9,9	14,1	48,1	382,2	
<b>2 Завтрак</b>						
СЕНДВИЧ ФАРШИРОВАННЫЙ ЛЕЧОМ	110					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый обед:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
<b>Обед</b>						
ОСОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЧОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
САЛАДЫ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНОМ (ПОСЫПАНЫ С СЫРОМ, ТОМАТНЫМ	150/30					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
УЛИЗ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
УЛИЗ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый ужин:	670	23,9	11,8	105,8	648,7	
<b>Полдник</b>						
УЛИЗОВО-ОВОЩНЫЕ НАПИТОК	50					Сборник рецептов или ТТК
УЛИЗЫ ИЗ ПИЦЦЫ, ДЖЕКА, ЗАПЕКА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый ужин:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
<b>Ужин</b>						
КАША СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МЯСОВАЯ (МЯСОВАЯ)	50					Сборник рецептов или ТТК
КОЛБАСА КУРИНАЯ ИЗ ПИЦЦЫ С СЫРОМ СЫРА АЧЕДЖИ С ТОМАТОМ	70/50					Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
САЛД С ТВОРОГОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
УЛИЗ В АССОРТИМЕНТЕ	35					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый ужин:	552	19,5	20,7	69,7	556,8	
<b>2 Ужин</b>						
КОМПОТ ОВОЩНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за первый ужин:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		63,3	55,4	319,8	2 008,5	

Исполнитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.Б. КОЗЛОВА

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

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

12 Вариант

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Вещи, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖЕЛТАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30 г/20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
<b>2 Завтрак</b>						
СОН В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА ВУЛЬФОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПШОВ ИЗ ПШЕНИ	150					Сборник рецептов или ТТК
МАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
<b>Подлник</b>						
КОМБИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КАКАО С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	7,7	8,2	53,7	321,1	
<b>Ужин</b>						
ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
РЫБНОЕ БИЛДО (котлеты рыбная, рыбная жаренка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	470	16,7	15,4	69,5	506,6	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		80,6	76,0	323,1	2 340,0	

Исполнитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.В. Козалева

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

**13. Вчераш**

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>	
<b>2. Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВУЧУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,7</b>	<b>3,3</b>	<b>49,7</b>	<b>259,0</b>	
<b>Ужин</b>						
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная жаренка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>18,1</b>	<b>10,7</b>	<b>67,7</b>	<b>447,1</b>	
<b>2. Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>64,1</b>	<b>48,9</b>	<b>310,3</b>	<b>1 976,4</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Ковалева  
 М.П. \_\_\_\_\_

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

Примерное 20-ти дневное меню

Для детей дошкольного возраста 3-7 лет. 24 часовой режим функционирования

14 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>17,9</b>	<b>24,0</b>	<b>26,9</b>	<b>400,7</b>	
<b>2. Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ, ПЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>20,0</b>	<b>17,4</b>	<b>71,0</b>	<b>533,3</b>	
<b>Подлник</b>						
ХЛЕБОВУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>38,7</b>	<b>206,7</b>	
<b>Ужин</b>						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>20,4</b>	<b>20,4</b>	<b>78,2</b>	<b>600,9</b>	
<b>2. Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>68,6</b>	<b>70,3</b>	<b>241,4</b>	<b>1 917,5</b>	

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Ковалева  
М.П.

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

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

15 Вариант

Продукты, блюда, напитки, блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Сыр мягкий с изюмом (печенье)	180					Сборник рецептур или ТТК
Сыр мягкий	10					Сборник рецептур или ТТК
Конфеты вафельные с молоком	200					Сборник рецептур или ТТК
Хлеб в ассортименте	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак вышло:	430	13,7	11,4	52,8		369,6
<b>2 Завтрак</b>						
Фрукты свежие	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак вышло:	200	0,8	0,8	19,0		91,2
<b>Обед</b>						
Каша овсяная консервированная	50					Сборник рецептур или ТТК
Суп с крупами на бульоне	180					Сборник рецептур или ТТК
Плов из птицы	150					Сборник рецептур или ТТК
Компот из фруктов, ягод, варенья	180					Сборник рецептур или ТТК
Хлеб в ассортименте	50					Сборник рецептур или ТТК
Хлеб в ассортименте	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед вышло:	630	37,0	38,1	98,2		887,2
<b>Полдник</b>						
Хлебобулочные изделия	50					Сборник рецептур или ТТК
Чай с молоком или сливками	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за полдник вышло:	250	7,0	5,5	45,2		258,2
<b>Ужин</b>						
Котлеты, вытравы, шницели рыбные	70					Сборник рецептур или ТТК
Рагу овощное (с вариами)	150					Сборник рецептур или ТТК
Чай с лимонном	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
Хлеб в ассортименте	35					Сборник рецептур или ТТК
Итого за ужин вышло:	452	17,3	21,3	53,5		493,7
<b>2 Ужин</b>						
Хлебобулочные изделия	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за ужин вышло:	180	5,1	4,4	7,0		92,5
Всего за день:		80,9	81,5	275,7		2 192,4

Исполнитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ А.В. Козырева  
 М.П.

Знающий  
 Руководитель \_\_\_\_\_  
 М.П.

Примерное 20-ти дневное меню  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

10 Вариант

Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЛИННЕР НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
СЫРЕНКО С ДЖЕМОМ ЛИБИ ПОВИЛОМ	30 г/20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак вishes:	455	15,2	10,9	90,5	525,6	
<b>2 Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СРЕДНЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак вishes:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
<b>Обед</b>						
ОСОБИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЦИП ИЗ СРЕДНЕЙ КАТЕГОРИИ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед вishes:	600	19,4	17,7	53,8	455,6	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВЫЕ ПУШКИ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ПОВИЛТА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед вishes:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
<b>Ужин</b>						
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлеты рыбные, рыбная долька, судак из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
ПРОПЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
САЛД С ОВОЩАМИ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за ужин вishes:	460	18,1	11,4	54,4	400,6	
<b>2 Ужин</b>						
КОРИСНОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за ужин вishes:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		62,8	49,1	282,0	1 846,8	

Исполнитель  
 Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.В. Kozlinsk

Руководитель \_\_\_\_\_  
 М.П. \_\_\_\_\_  
 Заключик

Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

17 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180						Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180						Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>9,8</b>	<b>16,2</b>	<b>57,0</b>	<b>425,4</b>		
<b>2. Завтрак</b>							
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50						Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ НА БУЛВОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5						Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30						Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОНИЙЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130						Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180						Сборник рецептов или ТТК
УЛБЕ В АССОРТИМЕНТЕ	40						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>685</b>	<b>21,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,7</b>	<b>696,6</b>		
<b>Полдник</b>							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50						Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>47,0</b>	<b>247,9</b>		
<b>Ужин</b>							
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60						Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7						Сборник рецептов или ТТК
УЛБЕ В АССОРТИМЕНТЕ	45						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>452</b>	<b>31,7</b>	<b>22,6</b>	<b>63,2</b>	<b>599,3</b>		
<b>2. Ужин</b>							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180						Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>72,7</b>	<b>72,9</b>	<b>287,5</b>	<b>2 145,1</b>		

Исполнитель \_\_\_\_\_  
Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. А. В. Корсаева

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

Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

18 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,0</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>38,0</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>	<b>857,2</b>	
<b>Полдник</b>						
ХЛЕБОВОУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>	
<b>Ужин</b>						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (овсяная)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>467</b>	<b>14,8</b>	<b>18,4</b>	<b>45,6</b>	<b>427,6</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>75,9</b>	<b>75,1</b>	<b>287,0</b>	<b>2 163,8</b>	

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ М.П.  
А.В. Ковалева

Руководитель \_\_\_\_\_ М.П.  
Знащик

**Примерное 20-ти дневное меню**  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

**19 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
МЛИННОЕ БЛЮДО (свино вареное, ошпгт. дравена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>21,6</b>	<b>26,8</b>	<b>37,8</b>	<b>484,8</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>16,4</b>	<b>88,4</b>	<b>599,9</b>	
<b>Полдник</b>						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>6,9</b>	<b>7,3</b>	<b>54,2</b>	<b>311,6</b>	
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ, ВИТЛОЧКА, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРИНЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>22,1</b>	<b>21,0</b>	<b>72,8</b>	<b>579,3</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>80,6</b>	<b>80,6</b>	<b>76,1</b>	<b>279,8</b>	<b>2 151,5</b>	

Исполнитель \_\_\_\_\_  
 Руководитель \_\_\_\_\_ м.п. А. В. Ковалева

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

20 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>8,1</b>	<b>78,5</b>	<b>447,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>						
ИКРА КАБЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>112,6</b>	<b>816,1</b>	
<b>Полдник</b>						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>6,8</b>	<b>7,4</b>	<b>52,8</b>	<b>305,8</b>	
<b>Ужин</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>470</b>	<b>15,2</b>	<b>14,0</b>	<b>49,6</b>	<b>407,5</b>	
<b>2 Ужин</b>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>67,6</b>	<b>63,1</b>	<b>319,5</b>	<b>2 160,6</b>	
<b>ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ</b>						
<b>Итого</b>	<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>ккал</b>		
<b>Итого за период</b>	<b>1 450,9</b>	<b>1 303,2</b>	<b>5 830,7</b>	<b>41 627,9</b>		
<b>Среднее значение за период</b>	<b>72,5</b>	<b>65,2</b>	<b>291,5</b>	<b>2081,4</b>		

Исполнитель  
Руководитель \_\_\_\_\_ М.П. А.В. Ковалева

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