

**Приложение 1**  
к дополнительному соглашению  
к Контракту на оказание услуг по организации питания

|                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| <b>Утверждаю</b>  | <b>Согласовано</b> |
| Исполнитель _____ | Заказчик _____     |

**Примерное 20-ти дневное меню**  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 КРУПОЙ (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>361,1</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                              | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>650</b>   | <b>27,7</b>      | <b>21,8</b> | <b>89,9</b>  | <b>673,1</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                      | 70/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ 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     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                            | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</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>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>2 Вариант</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием 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 рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ                     | 190/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)   | 10           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 25           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>420</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 рецептур или ТТК     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ  | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур 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  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ                       | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>610</b>   | <b>37,9</b>      | <b>38,5</b> | <b>85,8</b>  | <b>848,2</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.) | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>487</b>   | <b>20,2</b>      | <b>13,0</b> | <b>76,9</b>  | <b>514,4</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>72,0</b>      | <b>61,7</b> | <b>252,5</b> | <b>1 874,2</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>3 Вариант</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ  | 190/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена 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     |
| БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (печень по-строгановски, оладьи из печени, жаркое из субпродуктов и т.д.) | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 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>Уплотненный полдник</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)   | 60           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ  | 70/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)  | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ   | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 60           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>580</b>   | <b>28,5</b>      | <b>26,6</b> | <b>130,6</b> | <b>898,0</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>   |              | <b>60,3</b>      | <b>49,1</b> | <b>274,1</b> | <b>1 820,2</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>4 Вариант</b>                                 |              |                  |             |              |                               |                              |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| 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 КРУПОЙ (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 (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>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                       | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ 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     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                            | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>500</b>   | <b>22,1</b>      | <b>18,8</b> | <b>94,5</b>  | <b>641,0</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>60,5</b>      | <b>53,9</b> | <b>277,0</b> | <b>1 866,5</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>5 Вариант</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием 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          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                                      | 30/5/20      |                  |             |              |                               | Сборник рецептур 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 рецептур 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 рецептур или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                                    | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>610</b>   | <b>35,4</b>      | <b>36,1</b> | <b>90,1</b>  | <b>833,0</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                     | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.) | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>470</b>   | <b>16,7</b>      | <b>15,4</b> | <b>69,5</b>  | <b>506,6</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>66,3</b>      | <b>63,3</b> | <b>252,7</b> | <b>1 880,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>6 Вариант</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (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 (ПОРЦИЯМИ)  | 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ                      | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ   | 140/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПЮТ 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>Уплотненный полдник</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.) | 150/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>467</b>   | <b>24,9</b>      | <b>22,1</b> | <b>88,3</b>  | <b>659,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                       |              | <b>61,2</b>      | <b>47,0</b> | <b>254,7</b> | <b>1 810,9</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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>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, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ            | 190/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>430</b>   | <b>18,7</b>      | <b>24,3</b> | <b>32,0</b>  | <b>426,9</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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ                    | 180/25       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 150/30       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                     | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>655</b>   | <b>25,1</b>      | <b>15,8</b> | <b>85,4</b>  | <b>606,2</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                                 | 70/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                                  | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>530</b>   | <b>22,7</b>      | <b>22,7</b> | <b>92,5</b>  | <b>677,9</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                       |              | <b>67,5</b>      | <b>63,0</b> | <b>229,5</b> | <b>1 794,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| <b>8 Вариант</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| КАША ЖИДКАЯ (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 (ПОРЦИЯМИ)  | 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 МАКАРОННЫМИ 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>Уплотненный полдник</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.) | 150/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>467</b>   | <b>24,9</b>      | <b>22,1</b> | <b>88,3</b>  | <b>659,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                       |              | <b>61,2</b>      | <b>47,0</b> | <b>254,7</b> | <b>1 810,9</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 (ПОРЦИЯМИ)  | 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>Уплотненный полдник</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)                                     | 150/50       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ   | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>450</b>   | <b>37,1</b>      | <b>26,3</b> | <b>64,9</b>  | <b>663,5</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>   |              | <b>82,9</b>      | <b>58,9</b> | <b>230,7</b> | <b>1 804,3</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 10 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 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ             | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПТИЦА, 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>Уплотненный полдник</b>                         |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ                | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)             | 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>22,1</b>      | <b>21,0</b> | <b>72,8</b>  | <b>579,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                              |              | <b>68,6</b>      | <b>64,4</b> | <b>218,6</b> | <b>1 807,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

**11 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 КРУПОЙ (РИСОВОЙ)                             | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ  | 35/10        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>405</b>   | <b>9,9</b>       | <b>14,1</b> | <b>48,1</b>  | <b>382,2</b>                  |                              |
| <b>2 Завтрак</b>  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ                                | 110          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>110</b>   | <b>0,7</b>       | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>  | <b>137,0</b>                  |                              |
| <b>Обед</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ                                 | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 150/30       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                     | 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>670</b>   | <b>23,9</b>      | <b>11,8</b> | <b>105,8</b> | <b>648,7</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)                   | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ     | 70/50        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 35           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                                       | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>602</b>   | <b>23,6</b>      | <b>24,6</b> | <b>98,6</b>  | <b>724,1</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                       |              | <b>58,1</b>      | <b>51,0</b> | <b>284,4</b> | <b>1 892,0</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 12 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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)   | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                                      | 30/5/20      |                  |             |              |                               | Сборник рецептур 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 рецептур 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 рецептур или ТТК     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ  | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                                    | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>610</b>   | <b>35,4</b>      | <b>36,1</b> | <b>90,1</b>  | <b>833,0</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                     | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.) | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептур или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>470</b>   | <b>16,7</b>      | <b>15,4</b> | <b>69,5</b>  | <b>506,6</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>66,3</b>      | <b>63,3</b> | <b>252,7</b> | <b>1 880,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 13 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     |
| 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 СУШЕНЫХ 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>Уплотненный полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, 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     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>500</b>   | <b>22,1</b>      | <b>13,7</b> | <b>97,3</b>  | <b>608,0</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>58,3</b>      | <b>44,2</b> | <b>283,2</b> | <b>1 785,8</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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, МЕДОМ, 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 ЛЕНИВЫЕ                                    | 140/30       |                  |             |              |                               | 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>640</b>   | <b>19,6</b>      | <b>16,6</b> | <b>69,6</b>  | <b>516,3</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                         |              |                  |             |              |                               |                              |
| 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     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ                              | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>490</b>   | <b>23,4</b>      | <b>21,9</b> | <b>101,5</b> | <b>718,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                              |              | <b>61,9</b>      | <b>62,7</b> | <b>217,6</b> | <b>1 818,7</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 15 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 КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)   | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                      | 10           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                 | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>430</b>   | <b>13,7</b>      | <b>11,4</b> | <b>52,8</b>  | <b>369,6</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 КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ    | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ             | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                       | 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>630</b>   | <b>37,0</b>      | <b>38,1</b> | <b>98,2</b>  | <b>887,2</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>          |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)            | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180/10/7     |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                 | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>447</b>   | <b>16,9</b>      | <b>21,3</b> | <b>51,0</b>  | <b>481,8</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>               |              | <b>68,4</b>      | <b>71,6</b> | <b>221,0</b> | <b>1 829,8</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 16 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     |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                                      | 30/5/20      |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 20           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>455</b>   | <b>15,2</b>      | <b>10,9</b> | <b>90,5</b>  | <b>525,6</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     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ                         | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                                    | 150          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ  | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ   | 30           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>630</b>   | <b>21,7</b>      | <b>20,6</b> | <b>76,1</b>  | <b>580,7</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.) | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ  | 130          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ                     | 190/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ  | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ  | 50           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>490</b>   | <b>21,8</b>      | <b>14,6</b> | <b>80,4</b>  | <b>548,4</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>59,5</b>      | <b>46,9</b> | <b>266,0</b> | <b>1 745,9</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ                                 | 180/5        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)                              | 70/30        |                  |             |              |                               | 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     |
| <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>Уплотненный полдник</b>                                  |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.) | 150/60       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                                       | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ   | 40           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>450</b>   | <b>36,7</b>      | <b>27,4</b> | <b>58,5</b>  | <b>647,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                                       |              | <b>68,7</b>      | <b>68,4</b> | <b>228,8</b> | <b>1 852,7</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования □**

| 18 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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                       | 180/5        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 190/10       |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                   | 10           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                              | 25           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>420</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                                  | 50           |                  |             |              |                               | 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>610</b>   | <b>37,9</b>      | <b>38,5</b> | <b>85,8</b>  | <b>848,2</b>                  |                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |              |                  |             |              |                               |                              |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)                      | 70/30        |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                         | 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>Всего за день:</b>                            |              | <b>66,6</b>      | <b>67,1</b> | <b>221,2</b> | <b>1 787,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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     |
| ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ             | 180          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПТИЦА, 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>Уплотненный полдник</b>                         |              |                  |             |              |                               |                              |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ                | 70           |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)             | 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>22,1</b>      | <b>21,0</b> | <b>72,8</b>  | <b>579,3</b>                  |                              |
| <b>Всего за день:</b>                              |              | <b>68,6</b>      | <b>64,4</b> | <b>218,6</b> | <b>1 807,4</b>                |                              |

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

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

**Примерное 20-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 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 КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                  | 50           |                  |                |                    |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ           | 180          |                  |                |                    |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 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>Уплотненный полдник</b>                        |              |                  |                |                    |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                   | 50           |                  |                |                    |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ФРИКАДЕЛКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 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>Всего за день:</b>                             |              | <b>55,7</b>      | <b>51,3</b>    | <b>259,7</b>       | <b>1 762,3</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>1 292,0</b>   | <b>1 156,1</b> | <b>4 966,5</b>     | <b>36 434,0</b>               |                              |
| <b>Среднее значение за период</b>                 |              | <b>64,6</b>      | <b>57,8</b>    | <b>248,3</b>       | <b>1821,7</b>                 |                              |

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

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