

**Приложение 1**  
к дополнительному соглашению

к Контракту № 269 /1161 от 26.01.2026г на оказание услуг по организации питания

Утверждаю ООО «Алеко»	Согласовано
Исполнитель <u>Ковалёва А.В.</u>	Заказчик <u>Попова И.Ю.</u>

**Примерное 20-ти дневное меню**  
для детей дошкольного возраста 1-3 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)	160					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>299</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>59,8</b>	<b>530,5</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 2 Вариант

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	15					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>199,9</b>	<b>1 395,6</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>9,5</b>	<b>5,8</b>	<b>53,8</b>	<b>303,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>36,7</b>	<b>166,3</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>14,8</b>	<b>20,4</b>	<b>76,6</b>	<b>509,8</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 3 Вариант

РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					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>437</b>	<b>14,4</b>	<b>13,8</b>	<b>71,1</b>	<b>434,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,4</b>	<b>41,0</b>	<b>238,2</b>	<b>1 414,4</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)	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	1					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>13,2</b>	<b>9</b>	<b>47,2</b>	<b>323,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					Сборник рецептур или ТТК
БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (печень по-строгановски, оладьи из печени, жаркое из субпродуктов и т.д.)	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**4 Вариант**

<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>14,6</b>	<b>12,1</b>	<b>58,5</b>	<b>426,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40				Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/30				Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>15,3</b>	<b>17,8</b>	<b>82,6</b>	<b>547,76</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>44</b>	<b>39,1</b>	<b>206</b>	<b>1402</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>10,3</b>	<b>7,9</b>	<b>64,2</b>	<b>375,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 5 Вариант

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>16,1</b>	<b>14,4</b>	<b>84,1</b>	<b>521,6</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>14</b>	<b>14,4</b>	<b>72,8</b>	<b>460,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>41,3</b>	<b>36,9</b>	<b>238,8</b>	<b>1432,9</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11</b>	<b>10,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 6 Вариант

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				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>520</b>	<b>17,9</b>	<b>20,5</b>	<b>100,4</b>	<b>617,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				Сборник рецептов или ТТК
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	50				Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>59,3</b>	<b>377,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43</b>	<b>239,6</b>	<b>1457,6</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</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>	

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

7 Вариант

Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				Сборник рецептур или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25				Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>
Уплотненный полдник					
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	130/40				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50				Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1 481,5</b>

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	130					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11,7</b>	<b>10,8</b>	<b>31,7</b>	<b>316</b>	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

**8 Вариант**

<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	35				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>22,1</b>	<b>12</b>	<b>86,8</b>	<b>563,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,1</b>	<b>14,3</b>	<b>67,7</b>	<b>450,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>49,8</b>	<b>37,3</b>	<b>203,9</b>	<b>1404,6</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

**9 Вариант**

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур 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	30					Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	130/40					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1 481,5</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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150					Сборник рецептур или ТТК
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>15,1</b>	<b>8,7</b>	<b>61,8</b>	<b>384,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 10 Вариант

СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					Сборник рецептур или ТТК
БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (печень по-строгановски, оладьи из печени, жаркое из субпродуктов и т.д.)	130/5					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>13,5</b>	<b>19,5</b>	<b>62,3</b>	<b>468,9</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	130/50					Сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,3</b>	<b>17,9</b>	<b>57,1</b>	<b>562,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>53,8</b>	<b>46,3</b>	<b>198,9</b>	<b>1491,6</b>	

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	30					Сборник рецептур или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	130					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>	
<b>2 Завтрак</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

**11 Вариант**

СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					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>540</b>	<b>21</b>	<b>15,9</b>	<b>66,2</b>	<b>494,6</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>13,18</b>	<b>73,7</b>	<b>482,06</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>52</b>	<b>43,88</b>	<b>198,2</b>	<b>1448,76</b>	

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**  
**для детей дошкольного возраста 1-3 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	150					Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,4</b>	<b>8,5</b>	<b>46,8</b>	<b>307,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептур 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	30					Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,1</b>	<b>10,3</b>	<b>79,5</b>	<b>511,2</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 13 Вариант

ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>487</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>76,4</b>	<b>517,1</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>37,3</b>	<b>234,6</b>	<b>1 473,0</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)	150					Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11</b>	<b>10,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>17,9</b>	<b>20,5</b>	<b>100,4</b>	<b>617,5</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					Сборник рецептур или ТТК
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 14 Вариант

ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>59,3</b>	<b>377,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43</b>	<b>239,6</b>	<b>1457,6</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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					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>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>77,6</b>	<b>494,7</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 15 Вариант

ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>14,4</b>	<b>83</b>	<b>490,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>45,6</b>	<b>36,7</b>	<b>242,1</b>	<b>1447,3</b>

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	30					Сборник рецептов или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>11,8</b>	<b>12,3</b>	<b>39,2</b>	<b>360,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>12,3</b>	<b>13,8</b>	<b>54,7</b>	<b>402,3</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 16 Вариант

ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30				Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>19,4</b>	<b>18,6</b>	<b>104</b>	<b>646,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>44,4</b>	<b>44,9</b>	<b>215,6</b>	<b>1 484,5</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>8,7</b>	<b>47</b>	<b>313,4</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	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 17 Вариант

<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,2</b>	<b>20,7</b>	<b>88,2</b>	<b>563,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>427</b>	<b>14</b>	<b>15,9</b>	<b>75,2</b>	<b>491,26</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>42,3</b>	<b>46,1</b>	<b>229,4</b>	<b>1 459,26</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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>395</b>	<b>14,6</b>	<b>10,2</b>	<b>88,5</b>	<b>507,9</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	30					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 18 Вариант

ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,1</b>	<b>16,9</b>	<b>50,9</b>	<b>436,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	50				Сборник рецептур или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50				Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>14,5</b>	<b>15,5</b>	<b>66,1</b>	<b>430,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>49,0</b>	<b>43,4</b>	<b>224,5</b>	<b>1 465,8</b>

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)	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7,7</b>	<b>10,4</b>	<b>48</b>	<b>321,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/5					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 19 Вариант

ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30				Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>	<b>15,4</b>	<b>19,3</b>	<b>79,4</b>	<b>530,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	130/50				Сборник рецептов или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,4</b>	<b>18,8</b>	<b>55</b>	<b>563,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>48,4</b>	<b>48,7</b>	<b>200,1</b>	<b>1 489,6</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)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>9,5</b>	<b>5,8</b>	<b>53,8</b>	<b>303,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>36,7</b>	<b>166,3</b>	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

## Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

### 20 Вариант

ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				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>520</b>	<b>17,6</b>	<b>20,7</b>	<b>94,8</b>	<b>596,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25				Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>412</b>	<b>10,7</b>	<b>12,3</b>	<b>48,5</b>	<b>342,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>39,5</b>	<b>39,8</b>	<b>233,8</b>	<b>1 408,8</b>

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	30					Сборник рецептов или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептов или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

### Примерное 22-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

#### 21 Вариант

ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,5</b>	<b>15,8</b>	<b>56,5</b>	<b>448,6</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>13,18</b>	<b>73,7</b>	<b>482,06</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>50,5</b>	<b>43,78</b>	<b>188,5</b>	<b>1402,76</b>	
<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Пищевые вещества</b>			<b>Энергетическая ценность, ккал</b>	<b>Технологическая документация</b>
		<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>13,6</b>	<b>8,1</b>	<b>61,9</b>	<b>373,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур 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	30					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					Сборник рецептур или ТТК

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

м.п.

м.п.

Заказчик

**Примерное 22-ти дневное меню**

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

**22 Вариант**

КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>15,8</b>	<b>19</b>	<b>92,9</b>	<b>593,96</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	40					Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>12</b>	<b>11,8</b>	<b>51,2</b>	<b>375,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>42,20</b>	<b>39,70</b>	<b>225,00</b>	<b>1 434,56</b>	

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

<b>Итого</b>	<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>ккал</b>
<b>Итого за период</b>	<b>905,2</b>	<b>840,3</b>	<b>4 431,1</b>	<b>28 933,6</b>
<b>Среднее значение за период</b>	<b>45,3</b>	<b>42,0</b>	<b>221,6</b>	<b>1446,7</b>

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

м.п.

м.п.

Заказчик