



Согласовано

*Заведующий лабораторией питания
Д.И. Дураева
28.01.2026*



Утверждаю: ООО Алеко
А.В. Ковалева
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-тур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395
	БАТОН	5	1,2	1,5	0	17,7	7
Итого за завтрак		45	3,4	1,3	23,1	117,9	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №383	350	10,4	8,5	46,8	307,7	
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	388
Обед		110	0,7	0,5	31,9	137,0	2011
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕЧНО (говядина) ТТК №64	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №64
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46	
Уплотненный полдник		520	20,1	10,3	79,5	511,2	
Уплотненный полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54
	КОТЛЕТЫ РУБЕЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6	ТТК №62, 354
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0,1	10	41,7	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
Итого за Уплотненный полдник		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467
Итого за день:		487	15	18	76,4	517,1	
Всего за день:		46,2	37,3	234,6	1473		
Ответственное лицо							