

Согласовано

Утверждаю, ООО Алеко

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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	160	3,8	4,2	13,6	118	ТТК №107/1	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	75,2	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	3	1,2	20,6	104,8	1	2011
Итого за завтрак		350	9,4	7,7	45,4	299		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ТТК №675	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №675	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	23,5	21,6	59,8	530,5		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106		
Итого за Уплотненный полдник		415	11,5	17,1	60,0	429,7		
Всего за день:			45,3	45,8	182,9	1 334,3		
Ответственное лицо _____								

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МБУ Д/с-2
И.В. Чернышова
10.08.2016

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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 2								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	БАТОН	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак		40	3	1,2	20,6	104,8		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	380	9,5	6,8	53,8	303,4		
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	380	1,7	1,6	36,7	166,3		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
Итого за обед		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	480	14,8	20,4	76,6	509,8		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Всего за день:		20	1,4	6,3	11,3	107,1		
Ответственное лицо		437	14,3	18,1	67,5	455,3		
			40,4	41,0	236,2	1 414,4		

Заведующий МДУ № 2
Ч. В. Черемных
10.08.2016

Утвержден: 000

Копия

Алекс

ОГРН 1033400263820

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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 3								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83							
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	55	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
Итого за завтрак		20	1,5	0,8	10,3	52,4		
		405	13,2	9	47,2	323,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень) ТТК №79	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
		540	14,6	12,1	58,5	426,7		
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла) №324	40	0,6	1,4	4	33,4	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №81/№354	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96	ТТК №81, №354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	180	0,1	0,1	20,9	86	372	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,3	0,2	15,1	71		
		440	15,4	17,8	63,2	549,76		
Всего за день:			44	39,1	206	1402		
Ответственное лицо								

Ответственное лицо

Согласовано

Заведующий ИМУ №12
Н. В. Чмошник
10.08.2016

Утверждено ООО Алеко



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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
Вариант 4								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за завтрак		585	10,3	7,9	54,2	375,4		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,5	ТТК №65	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	168,1	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		560	16,1	14,4	84,1	521,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	50	6,1	8	8,1	109,8	ТТК №62	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	160/10	0,1	0	9,9	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,4	6,3	11,3	107,1		
Итого за Уплотненный полдник		400	11,4	17,7	54,5	407		
Всего за день:			38,7	40,2	220,9	1379,1		
Ответственное лицо _____								

Отсутствующее лицо _____

Согласовано

Заведующий МОУ ДОС 2
Е. В. Илюшина
10.08.2026

Утверждено: ДОО Алеко
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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 5								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104							
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
Итого за завтрак		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
		355	11	10,1	62,2	387,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
		520	17,5	20,5	100,4	617,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	50	4,9	5,7	4,6	64,1	ТТК №77	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		30	2,2	0,2	15,1	71		
		410	10,8	12,2	55,5	377,5		
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6		
Ответственное лицо								

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МОУ Д/С №2
И.В. Пилипенко
10.08.2026

УТВЕРЖДЕНО ДОО Алеко



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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83							
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	БАТОН	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	Итого за завтрак	50	3,8	1,5	25,7	131		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	2 Завтрак	365	11,2	6,4	59,5	340,7		
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	Обед	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	0	0	11,6	48,5	376	2011
	Итого за обед	50	3,3	0,4	21,2	102		
		25	1,8	0,2	12,5	59,2		
	Уплотненный полдник	540	15,3	12,9	69,2	463		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	45		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,8	11,6	106		
	Итого за Уплотненный полдник	400	13,3	24,3	72,5	525,3		
	Всего за день:		40,6	44,4	220,2	1 420,2		

Ответственное лицо _____

Согласовано

заведующий МОУ ДОС 2
И. В. Чумакова
10.08.2016

Утверждено: *08.08.2016*

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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Надпись 2 Вариант 7								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130						
	ЧАЙ С САХАРОМ, БАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	БАТОН	30	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		355	11,7	10,8	31,7	316	7	2011
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202	150/15	4,1	4	10,4	94	ТТК №202	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,6	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за обед		560	22,1	12	86,8	563,4		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,6	15,2	143,9	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	130	2,7	4	18,4	123,9	321	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,1		
Итого за Уплотненный полдник		430	15,1	14,3	67,7	450,1		
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6		

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МДОУ Д/сч 2
И. В. Чироккина
10.08.2016



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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 8	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	Итого за завтрак	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368							
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0	11,8	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
Итого за обед		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		540	15,3	12,9	69,2	463		
Уплотненный полдник	ОПЕКАРИШКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ СОУСОМ МОЛОЧНЫМ							
	ОПЕКАРИШКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,0	106		
Итого за Уплотненный полдник		400	13,3	24,3	72,5	525,3		
Всего за день:			40,6	44,4	220,2	1 420,2		

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МДОУ № 2
Н. В. Юршина
10.08.2026

Утверждает: ООП Алеко



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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 9	Завтрак							
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150						
	БАТОН	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	Итого за завтрак	50	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	2 Завтрак	350	3,8	1,5	25,7	131		
	Итого за 2 завтрак		15,1	8,7	61,8	384,7		
		180						
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130/5	8,9	12,2	14,2	161,8	ТТК №68	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	333	2011
	Итого за обед	40	2,6	0,4	17	81,6		
		515	13,5	19,5	62,3	468,9		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401							
	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	Итого за Уплотненный полдник	40	3	1,2	20,6	104,8		
	Всего за день:	400	24,2	17,9	67,4	552,3		
	Ответственное лицо		53,8	46,3	198,9	1491,6		

Согласовано

Заведующий МОУ Д/с Л
И. В. Черемин
10.08.2026

Утверждаю: ООО Алеско



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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 10								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	30	0,6	2,7				
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	130	8,1	8,4	2,3	35,7		
	БАТОН	150	2,6		6,5	180,3	ТТК №72	
Итого за завтрак		40	3	1,2	11,2	76,2	394	2011
		350	14,3		20,6	104,8		
				14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №86	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №86	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0		46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	45		
		540	21	15,9	66,2	494,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61							
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	160/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за Уплотненный полдник		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Всего за день:		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
			52	43,68	199,2	1448,76		
Ответственное лицо								

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МУЗД/н 2
И. В. Чумакова
10.08.2026

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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) ТТК №107	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	Итого за завтрак	350	10,4	8,5	46,8	307,7		
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388	2011
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	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	
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) ТТК №84	150	14,8	7,6	31,5	272,7	ТТК №84	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,0	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		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	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №62/№354	50/30	6,5	9,2	9,9	132,5	ТТК №62, 354	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,8	321	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106		
Итого за Уплотненный полдник		457	12,3	20	59,4	455,6		
Всего за день:			43,5	39,3	217,6	1411,7		
Ответственное лицо _____								

Согласовано

Заведующий МБУЗ №2
Н.В. Чичкина
10.02.2016



Согласовано
Алеко
Новалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

Режим функционирования									
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
Неделя 3 Вариант 12			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104								
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104		
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011	
Итого за завтрак		300/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	355	11	10,1	62,2	387,2			
Итого за 2 завтрак		180							
		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33		0,9	0,2	17,7	75,1			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		40	3,1	0,2	20,1	94,7			
Уплотненный		520	17,9	20,5	100,4	617,5			
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ								
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ ТТК №77	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ №125	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК №77		
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	120	2,4	3,3	19	118,7	125	2011	
Итого за Уплотненный	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
полдник		30	2,3	0,2	15,1	71			
Всего за день:		410	10,6	12,2	59,3	377,8			
Ответственное лицо			40,6	43	239,6	1457,6			

Согласовано

Заведующий МОУДО/ст. 2
Н.В. Чумакова
10.08.2016



Утверждаю: ИОО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

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

12 часового режима функционирования									
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3									
Вариант 13									
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105								
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105		
	БАТОН	160	2,8	2,4	9	81,3	394	2011	
Итого за завтрак		360	13,6	7,4	63,8	387,4			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	ТТК №88		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88		
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65		
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48			
Итого за обед		590	15,9	14,7	77,6	494,7			
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74		
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166	120	3,1	3,1	31,8	171,1	166	2011	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106			
Итого за Уплотненный полдник		400	12,6	17,3	65,3	435,2			
Всего за день:			43	39,6	224,4	1392,4			
Ответственное лицо									

Согласовано

Заведующий МБУ ДОС-2
И. В. Чироккина
10.08.2016



Алеко

Алекеева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

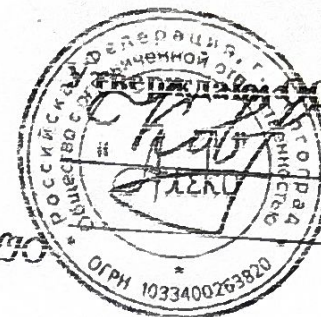
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная							
	Омлет натуральный ТТК №72	30	0,6	2,7				
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	130	8,1	8,4	2,3	35,7		
	Батон	180/10	0,1	0	6,5	180,3	ТТК №72	
	Итого за завтрак	40	3	1,2	9,8	39,4	392	2011
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный №399	390	11,8	12,3	20,6	104,8		
Итого за 2 завтрак					39,2	360,2		
Обед		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед	Помидоры свежие	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне ТТК №28	30	0,3	0	0,7	4,1		
	Голубцы ленивые ТТК №75	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	Компот из свежих плодов №372	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	
	Хлеб пеклеваемый	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед	20	1,5	0,1	9,7	40		
Уплотненный полдник		506	12,3	13,8	54,7	402,3		
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	Макаронные изделия отварные с маслом №205	110	4,1	4,4	26,3	133,1	205	2011
	Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,0	18,1	88,3	398	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		
	Печенье шоколадное	20	1,4	8,3	11,3	107,1		
Итого за Уплотненный полдник		420	16,7	21	88,4	586,7		
Всего за день:			41,7	47,3	198,0	1424,3		

Ответственное лицо _____

Согласовано

Заведующий МОУДО/снЛ
И.В. Чернышова
10.08.2011



Генеральный директор Алеко

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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 Вариант 15 Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		500	16,2	20,7	89,2	563,4		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	8,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	100		
Всего за день:		400	11,4	18,8	57,5	439,36		
Ответственное лицо			39,7	49,0	211,7	1 404,4		

Согласовано

Заведующий МОУ ДОС Л
И.В. Иванова
10.08.2011



ООО Алеко

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-туры	Сборник рецептов	
Неделя 3 Вариант 15			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК №106	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9		
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
Итого за завтрак		350	11,3	8,7	47	313,4			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011	
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	СУП С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК №44		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,3			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
Итого за обед		500	16,2	20,7	88,2	563,4			
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61		
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106			
Итого за Уплотненный полдник		400	11,4	18,8	57,5	436,36			
Всего за день:			39,7	49,0	211,7	1 404,4			

Итого за день:

Ковалева А.В.
 10.08.2016



ООО Алско
 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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 10 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	40	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	395	14,6	10,2	88,5	104,8		
Итого за завтрак						507,9		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак						91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	30	0,2	0,8	19,0	91,2	368	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	1,7	0	0,5	3,9	ТТК №47	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	520	19,1	16,9	50,9	436,4	ТТК №74	
Итого за Уплотненный полдник	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	50	6,5	8,2	2,1	72,7	321	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	2,3	3,3	15,6	104,9	392	2011
	ПЕЧЕНЬЕ	180/10	0,1	0	9,8	39,4		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
Всего за день:		400	11,8	17,5	40,1	369		
Смететское лицо			46,3	45,4	207,5	1404,5		

Согласовано

Заведующий МОУ № 2
И. В. Чмошкова
10.08.2016

Утверждено *О. И. Алеско*



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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 17								
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	
	БАТОН	180	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
		355	7,7	10,4	48,0	321,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	БОРЩ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,6	383	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477							
	КЕФИР №401	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
		40	3	1,2	20,6	104,8		
		400	24,4	13,3	55	582,1		
Всего за день			48,4	48,7	200,1	1489,8		
Ответственное лицо								

Согласовано

заведующий ЛПУ Д/сч 2
И. В. Пилипчук
10.08.2014



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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	91,8		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46		
		520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65							
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		412	10,7	12,3	40,5	342,5		
Итого за день			39,5	39,8	233,8	1 408,8		
Ответственное лицо								

Ответственное лицо _____

Согласовано

заведующий МОУ № 2
г. Ч.В. Пышенина
10.08.2016



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-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4								
Вариант 19								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72	
	БАТОН	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	
Итого за завтрак		40	3	1,2	20,6	104,8		2011
		350	14,3	14,6	40,6	397		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		2011
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ИЗДЕЛИЯМИ ТКА КУРИЦЫ В СОУСЕ ТТК №66	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	14,4	13,6	14,7	241,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	0	0	11,6	46,5		2011
Итого за обед		520	19,5	15,8	56,5	448,6		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
Всего за день:			50,5	43,78	188,5	1402,70		
Ответственное лицо								

Ответственное лицо _____

Согласовано

*Заведующий МОУ ДОСД
С.В. Илющенко
10.03.2012*

Утверждено



Ковальева 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-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105							
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	7	3,5				
	БАТОН	160	2,4	1,9	29,1	175,1	ТТК №105	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	40	3	1,2	12,2	76,1	395	2011
Итого за завтрак		5	1,2	1,5	20,8	104,8		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	355	13,6	8,1	61,9	373,7	7	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Обед	Икра кабачковая консервированная	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №81	150	1,5	3	7,1	62,4	ТТК №28	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №81	
Итого за обед	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,5	363	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	535	15,8	19	92,9	593,96		
Итого за Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №32/№354	40	0,4	0	0,9	5,5		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4	ТТК №32, 354	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10	0,1	0	9,6	39,4	392	2011
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Всего за день:		400	1,4	5,9	11,9	106		
Ответственное лицо			42,2	39,7	225	375,7		
						1434,56		