

Согласовано

Заведующий ЕМОУ
Ольга Сергеевна



13.08.2026.



ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования
на 13.08.2026 г.

на 13.08.2026 г.									
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
Неделя 3 Вариант 14			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ								
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5			
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72		
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011	
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		420	17,9	24,0	26,9	400,7			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ								
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ								
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК №28		
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6			
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0			
		640	19,8	16,6	69,6	518,3			
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина) ТТК №60								
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК №60		
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	0,2	15,1	71,0			
Итого за Уплотненный полдник		20	1,4	6,3	11,3	107,1			
Всего за день:		460	20,7	24,3	83,9	658,1			
Ответственное лицо			59,2	65,1	200,0	1 758,5			