

Утверждаю:

Региональный руководитель ООО «КСП»

Е.Д. Калчу

« 01 » октября 2026 г.

Согласовано:

Заведующий муниципального образовательного учреждения

«Детский сад № 328 Центрального района г.Волгограда»

« 01 » октября 2026 г.



ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		415	12.8	8.7	63.9	406.6	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		630	26.1	21.7	79.5	624.4	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.2	4.4	53.5	265.5	
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		480	18.2	16.8	63.9	491.4	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			66.4	56.2	287.4	1,963.8	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		425	10.3	13.0	53.5	380.9	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		400	1.8	1.0	38.6	174.6	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		680	19.0	13.8	89.6	566.9	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	65.6	322.5	
Ужин	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		447	22.6	18.9	70.5	550.0	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			62.7	56.0	324.8	2,087.4	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	1шт					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		455	15.7	10.9	51.9	366.9	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ 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	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		647	16.4	12.5	72.1	487.1	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	6.8	6.9	46.6	253.4	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		500	22.0	22.0	98.4	694.5	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			67.0	56.9	295.6	1,977.8	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	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
Итого за завтрак		437	13.2	11.3	63.1	413.6	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		740	23.8	23.1	111.0	763.3	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	65.6	322.5	
Ужин	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		442	17.8	16.8	63.1	481.9	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			64.8	60.7	329.4	2,157.2	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		635	14.0	12.4	92.5	548.6	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		690	19.6	14.5	92.6	593.0	
Полдник	кондитерские изделия	50					Сборник рецептов или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	7.7	8.2	53.7	321.1	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		450	33.7	36.0	69.3	738.9	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			81.1	75.7	334.7	2,377.5	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		437	13.6	8.7	67.1	400.4	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ 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	100					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		720	23.7	18.8	93.8	651.5	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.2	4.4	34.9	190.9	
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		492	16.9	17.3	64.1	493.8	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			63.3	54.4	285.9	1,920.3	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 День 7							
Завтрак	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		430	18.7	24.3	32.0	426.9	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		600	24.9	16.8	86.7	619.0	
Полдник	кондитерские изделия	50					Сборник рецептур или ТТК
	напиток из плодов шиповника	200					
Итого за Полдник		250	4.5	5.2	57.3	306.6	
Ужин	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептур или ТТК
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Ужин		450	28.0	23.8	69.8	613.1	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			82.2	74.7	272.4	2,141.5	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		420	10.2	6.5	59.1	356.0	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			0.8	0.8	19.0	91.2	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70					Сборник рецептур или ТТК
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		730	24.5	19.3	101.8	670.8	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Полдник		250	3.4	4.9	37.8	207.5	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептур или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Ужин		452	33.0	31.5	57.6	653.5	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			77.0	67.4	282.3	2,071.5	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 9							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		420	16.2	10.9	72.5	451.6	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ 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	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	100					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		700	29.8	20.2	107.4	732.7	
Полдник	кондитерские изделия	50					Сборник рецептов или ТТК
	чай с сахаром	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	47.0	247.9	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		465	15.4	15.4	79.9	520.5	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			71.4	56.0	333.4	2,128.6	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		447	20.3	24.9	42.5	481.6	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ 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	100					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		680	24.6	16.4	92.6	620.3	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	6.9	7.3	54.2	311.6	
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		470	23.6	21.1	82.8	626.7	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			81.5	74.3	298.7	2,216.1	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 11							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		405	12.2	12.9	66.7	440.2	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРИШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		110	0.7	0.5	31.9	137.0	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	80					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		670	23.5	16.4	105.0	681.7	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	65.6	322.5	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		527	19.9	19.5	74.6	561.7	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			65.3	58.6	350.8	2,235.6	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 12							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		415	13.1	12.2	70.3	449.3	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-	180					Сборник рецептов или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		680	19.5	14.5	92.4	591.7	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	7.7	8.2	53.7	321.1	
Ужин	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		430	31.8	21.8	68.3	622.7	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			78.2	61.3	311.3	2,160.7	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 13							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		435	10.9	8.7	78.4	461.4	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептов или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	80					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		710	18.9	9.8	91.9	537.9	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.8	4.7	45.2	249.6	
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		480	16.6	16.5	75.6	529.8	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			56.3	44.3	317.7	1,954.6	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 14							
Завтрак	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		420	17.9	24.0	26.9	400.7	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		660	20.0	17.4	71.0	533.3	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.4	4.9	37.8	207.5	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		490	19.8	20.1	74.1	568.4	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			67.2	71.0	236.4	1,885.8	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 15							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		410	14.2	10.2	58.8	383.2	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	0.8	0.8	19.0	91.2	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		650	19.8	22.5	80.0	610.1	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	6.8	7.4	52.8	305.8	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		452	33.6	36.8	62.0	718.8	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			80.3	82.1	279.6	2,201.6	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4							
День 16							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		465	14.3	10.2	93.5	528.0	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			0.8	0.8	19.0	91.2	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептур или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (котлета рыбная, рыбная поджарка, суфле из рыбы и т.д.)	70					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		730	24.4	15.6	92.9	619.4	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Полдник		250	3.2	4.4	53.5	265.5	
Ужин	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	160					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Ужин		410	14.8	13.0	60.9	419.8	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			62.6	48.4	326.8	2,016.4	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4 День 17							
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		425	7.2	13.9	52.8	377.2	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		680	26.5	26.6	99.4	754.6	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	47.0	247.9	
Ужин	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		452	31.7	22.6	63.2	599.3	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			75.4	72.6	289.0	2,154.9	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4							
День 18							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		420	12.1	9.2	51.2	337.0	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		400	1.8	1.0	38.6	174.6	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	60					Сборник рецептов или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ 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	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		620	38.0	39.1	86.6	857.2	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	3.9	4.9	65.6	322.5	
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		467	15.1	17.1	52.1	436.9	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			76.0	75.7	301.1	2,220.7	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4 День 19							
Завтрак	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	150					Сборник рецептов или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		410	21.6	27.3	36.1	482.5	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200					
			1.0	0.2	19.6	83.4	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ 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
Итого за обед		620	20.3	16.0	64.5	486.7	
Полдник	кондитерские изделия	50					Сборник рецептов или ТТК
	кофейный напиток с молоком	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	6.9	7.3	54.2	311.6	
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептов или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		450	22.1	21.0	72.8	579.3	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180					
Всего за день:			77.0	76.2	254.2	2,036.0	

Утверждаю	Согласовано
Исполнитель _____	Заказчик _____

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4 День 20							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за завтрак		435	9.2	9.3	65.0	385.6	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 завтрак		200	0.8	0.8	19.0	91.2	
Обед	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70					Сборник рецептов или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за обед		670	21.5	22.8	109.2	721.4	
Полдник	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Полдник		250	6.8	6.9	46.6	253.4	
Ужин	ЗАКУСКА (салаты, овощи по сезону и т.д.)	50					Сборник рецептов или ТТК
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за Ужин		470	15.2	14.0	49.6	407.5	
2 ужин	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за 2 ужин		180	5.1	4.4	7.0	92.5	
Всего за день:			58.6	58.2	296.4	1,951.6	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
Итого за период	1,414.3	1,280.7	6,007.9	41,859.6
Среднее значение за период	70.7	64.0	300.4	2,093.0