МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 95 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 95 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"
Дата: 2026.10.30 16:15:30 +03'00'

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	160					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**350**	**10.2**	**5.3**	**62.1**	**337.3**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**23.5**	**21.6**	**59.8**	**530.5**	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	15					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**435**	**13.7**	**14.8**	**67.9**	**448.3**	
Всего за день:			**48.3**	**41.9**	**207.5**	**1,391.2**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**380**	**9.5**	**5.8**	**53.8**	**303.4**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**380**	**1.7**	**1.0**	**36.7**	**166.3**	
Обед	ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ)	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**11.3**	**9.5**	**62.4**	**385.3**	
Уплотненный полдник	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ)	130/40					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
Итого за Уплотненный		**437**	**15.8**	**20.6**	**93.9**	**587.8**	
Всего за день:			**38.3**	**36.9**	**246.8**	**1,442.8**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ЯЙЦО ВАРЕНОЕ)	1шт					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**415**	**14.5**	**10.1**	**47.3**	**338.6**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**540**	**14.6**	**12.1**	**58.5**	**426.7**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ)	40					Сборник рецептур или ТТК
	БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**440**	**16.4**	**18.1**	**106.2**	**626.36**	
Всего за день:			**46.4**	**40.5**	**229.7**	**1466.76**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**365**	**10.6**	**5.6**	**60.7**	**335.7**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**590**	**16.8**	**15.1**	**101.8**	**600.7**	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**410**	**12**	**12.2**	**56.4**	**367.6**	
Всего за день:			**40.3**	**33.1**	**236.6**	**1379.1**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**555**	**11.8**	**10.9**	**81.2**	**478.4**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**13.8**	**12.4**	**80.1**	**464.9**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕНЫЕ)	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**440**	**14.6**	**18.8**	**74.4**	**484.2**	
Всего за день:			**41.1**	**42.3**	**253.4**	**1502.6**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**365**	**11.2**	**6.4**	**59.5**	**340.7**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**200**	**0.8**	**0.8**	**19.0**	**91.2**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ 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	75					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**540**	**15.5**	**14.8**	**71.2**	**488.6**	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					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 (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**430**	**13.4**	**15.4**	**70.4**	**464**	
Всего за день:			**40.9**	**37.4**	**220.1**	**1,384.5**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ)	130					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**355**	**11.7**	**10.8**	**31.7**	**316**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ (СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ)	150					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	130					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**500**	**19.9**	**10.4**	**73.2**	**484.6**	
Уплотненный полдник	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ)	130/40					Сборник рецептур или ТТК
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**400**	**20.1**	**24.5**	**91.4**	**629.9**	
Всего за день:			**52.6**	**45.9**	**214**	**1505.6**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	160					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**405**	**10**	**5.3**	**65.6**	**349.3**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**200**	**0.8**	**0.8**	**19.0**	**91.2**	
Обед	ЗАКУСКА (ИКРА МОРКОВНАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	70					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**530**	**16.5**	**14.2**	**75.5**	**490.5**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	40					Сборник рецептур или ТТК
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**430**	**15.5**	**19.9**	**76.2**	**507.6**	
Всего за день:			**42.8**	**40.2**	**236.3**	**1,438.6**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**350**	**12.2**	**6.7**	**63.9**	**365.3**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					Сборник рецептур или ТТК
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	80					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**570**	**16.6**	**19.3**	**82.2**	**558.7**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ)	130/5					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**385**	**13.8**	**14.1**	**67.9**	**455.8**	
Всего за день:			**43.5**	**40.3**	**231.7**	**1454.9**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ)	130					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**361**	**11.8**	**12.3**	**36.4**	**349.8**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**540**	**21**	**15.9**	**66.2**	**494.6**	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**400**	**15.8**	**13.18**	**73.7**	**482.06**	
Всего за день:			**49.5**	**41.58**	**194**	**1401.56**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	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
Итого за завтрак		**350**	**12.4**	**7.2**	**62.5**	**364.9**	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**110**	**0.7**	**0.5**	**31.9**	**137.0**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**20.2**	**12.2**	**81.3**	**536.6**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ИКРА МОРКОВНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**437**	**12.2**	**13.5**	**56.9**	**383.7**	
Всего за день:			**45.5**	**33.4**	**232.6**	**1422.2**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	160					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**365**	**11.4**	**11**	**63.2**	**400.5**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕНЫЕ)	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**560**	**13.8**	**12.4**	**80.1**	**464.9**	
Уплотненный полдник	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ)	130/50					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**400**	**24.3**	**17.9**	**57.1**	**562.9**	
Всего за день:			**50.4**	**41.5**	**218.1**	**1503.4**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 (МАННАЯ)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					
Итого за завтрак		**355**	**11.1**	**7.8**	**49.9**	**313.8**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**200**	**0.8**	**0.8**	**19**	**91.2**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**500**	**13.9**	**7.4**	**69.8**	**405.8**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**440**	**15.4**	**14.6**	**97**	**570.3**	
Всего за день:			**41.2**	**27.8**	**251.7**	**1414.7**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ)	130					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**390**	**11.8**	**12.3**	**39.2**	**360.2**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**505**	**12.3**	**13.8**	**54.7**	**402.3**	
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ(БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**440**	**17.3**	**18.3**	**93.4**	**581.6**	
Всего за день:			**42.3**	**44.6**	**205.0**	**1,419.2**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 (КУКУРУЗНАЯ)	160					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**360**	**11.1**	**7.8**	**49.9**	**313.8**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ)	50					
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**550**	**13.9**	**15.1**	**76.5**	**483.26**	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**470**	**14.9**	**21.6**	**74.2**	**510.6**	
Всего за день:			**40.7**	**45.3**	**219.6**	**1,398.9**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**395**	**13.1**	**9.3**	**87.4**	**490.8**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**200**	**0.8**	**0.8**	**19**	**91.2**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**13.5**	**14.8**	**53.9**	**372.5**	
Уплотненный полдник	РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ)	50					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ(БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**410**	**14.3**	**15.5**	**64.0**	**452.2**	
Всего за день:			**41.7**	**40.4**	**224.3**	**1406.7**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**365**	**5.1**	**8.1**	**43.8**	**273.0**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ (СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**540**	**18.3**	**20.3**	**84.4**	**569.4**	
Уплотненный полдник	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ)	130/50					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**400**	**24.4**	**18.8**	**55**	**563.1**	
Всего за день:			**48.7**	**47.4**	**200.9**	**1,480.6**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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)	150					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**380**	**9.5**	**5.8**	**53.8**	**303.4**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**380**	**1.7**	**1.0**	**36.7**	**166.3**	
Обед	ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**520**	**17.6**	**20.7**	**94.8**	**596.6**	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30					Сборник рецептур или ТТК
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	25					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**412**	**11**	**11.3**	**53.3**	**349.7**	
Всего за день:			**39.8**	**38.8**	**238.6**	**1,416.0**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ)	130					Сборник рецептур или ТТК
	КАКАО С МОЛОКОМ	160					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**350**	**13.7**	**14.7**	**36.6**	**379.2**	
2 Завтрак	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**180**	**0.9**	**0.2**	**17.7**	**75.1**	
Обед	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**500**	**18.2**	**15.6**	**48**	**407.8**	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**420**	**17.5**	**17.1**	**91.2**	**577.56**	
Всего за день:			**50.3**	**47.6**	**193.5**	**1439.66**	

20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 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 МАСЛОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160					Сборник рецептур или ТТК
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за завтрак		**365**	**7.9**	**8.3**	**56.7**	**337.6**	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за 2 завтрак		**200**	**0.8**	**0.8**	**19**	**91.2**	
Обед	ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	30					Сборник рецептур или ТТК
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					Сборник рецептур или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за обед		**530**	**15.8**	**17.3**	**84.3**	**553.5**	
Уплотненный полдник	ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ)	40					Сборник рецептур или ТТК
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30					Сборник рецептур или ТТК
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
	ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА)	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за Уплотненный		**430**	**14.3**	**13.4**	**66.5**	**442.2**	
Всего за день:			**38.8**	**39.8**	**226.5**	**1424.5**	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
Итого за период	**883.1**	**806.7**	**4,480.9**	**28,693.4**
Среднее значение за период	**44.2**	**42.3**	**224.0**	**1,434.7**