

Приложение 1
к дополнительному соглашению
к контракту на оказание услуг по организации питания



Утверждено	Исполнитель	Согласовано	Заказчик	Примерные 20-ти дневные меню для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования	1 Вариант	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
						Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г		
						Завтрак				
						180				Сборник рецептов или ТТК
						200				Сборник рецептов или ТТК
						30/10				Сборник рецептов или ТТК
						420	9,7	14,4	45,8	361,1
						2 Завтрак				
						200				Сборник рецептов или ТТК
						200	1	0,2	19,6	83,4
						Обед				
						50				Сборник рецептов или ТТК
						180				Сборник рецептов или ТТК
						150				Сборник рецептов или ТТК
						180				Сборник рецептов или ТТК
						50				Сборник рецептов или ТТК
						20				Сборник рецептов или ТТК
						630	26,1	21,7	79,5	624,4
						Полдник				
						50				Сборник рецептов или ТТК
						200				Сборник рецептов или ТТК
						250	4,2	3,9	57,3	281,3
						Ужин				
						70				Сборник рецептов или ТТК
						130				Сборник рецептов или ТТК
						190/10				Сборник рецептов или ТТК
						50				Сборник рецептов или ТТК
						450	18,1	15,8	64,9	480,1
						2 Ужин				
						180				Сборник рецептов или ТТК
						180	5,1	4,4	7,0	92,5
							64,2	60,4	274,1	1 922,8



Исполнитель
Руководитель

К.В. Торина

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

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКО КИпяченое	200					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	24,7	25,3	37,9	485,2	
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С КРУПЮЙ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	650	20,6	17,7	84,9	590,8	
Полдник						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9	
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60					Сборник рецептов или ТТК
КАКАО С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	450	29,0	22,5	62,1	584,6	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		84,1	75,6	257,9	2 092,2	



Исполнитель
Руководитель К.В. Тюрина



Руководитель А.Н. Васьченко
05.06.2014

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

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (МАШИНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	445	14,4	9,8	51,8	351,7	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ОВОЦЫ ПО СЕЗОНУ	50					
ВАРЕНЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептов или ТТК
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАВЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	647	16,4	12,5	72,5	486,4	
Полдник						
КОМПЛЕРС КИЕ-ИЗД-ЛИЯ	50					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	6,8	7,4	52,8	305,8	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
ПУРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШРИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	70/30					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	530	24,5	23,6	101,0	731,6	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		68,2	57,9	304,7	2 051,4	



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

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
С УП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	437	11,9	12,9	44,6	349,3	Сборник рецептур или ТТК
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептур или ТТК
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА М/Б	180					Сборник рецептур или ТТК
ТЕ-ФРЕЛЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ РЖАНЫЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	730	24,7	21,3	100,2	707,9	Сборник рецептур или ТТК
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕСУШКА	50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	Сборник рецептур или ТТК
Ужин						
КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	45					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	442	17,8	16,8	63,1	481,9	Сборник рецептур или ТТК
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептур или ТТК
Всего за день:		64,6	58,6	292,5	1 989,9	

Исполнитель
Руководитель  К.В. Торина
М.П.



5. Вариант

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИЩА ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30-5/20					
Итого за присем пищи:	435	13,2	11,6	73,5	457,4	Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
	200					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б	50					
ШОЛ ИЗ ПТИЦЫ	180					
КРЕТЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					
ХЛИБ РАЖАЮИ	180					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
ХЛИБ ПИШТИЧНЫЙ	50					
Итого за присем пищи:	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
Полдник						
КОРИНТЕМ КНЕ ИЗ ЦУЛИЯ	50					
КАКАОС МОЛОКОМ	200					
Итого за присем пищи:	250	7,7	8,2	53,7	321,1	Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
ПЕКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
КОЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70					
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
ХЛИБ ПИШТИЧНЫЙ	40					
Итого за присем пищи:	470	17,0	16,0	64,8	495,1	
2 Ужин						
КНС ДОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за присем пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		80,9	76,6	318,4	2 328,5	



Исполнитель
Руководитель
И.В. Горина
М.П.



Руководитель
И.В. Горина
М.П.

Дети 6-7 лет дошкольного возраста 3-7 лет, 2,4 часовый режим функционирования
6. Вариант

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Гемологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БАШЛА ЖИДКАЯ (МАНИЯ)	180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	30					Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					
Итого за присем пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	720	23,4	16,0	91,0	612,9	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	452	22,8	19,0	72,3	558,7	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за присем пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		68,4	52,2	284,8	1 910,0	



Исполнитель
Руководитель

К.В. Торина

Руководитель

Заказчик

М.Н. Шимельцев

29.06.2024



Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 2,4-часовой режим функционирования
7 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОМЛЕТ КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	430	18,7	24,3	32,0	426,9	Сборник рецептов или ТТК
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	655	25,1	15,9	86,1	611,4	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
КВАСИ ПЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					
Итого за прием пищи:	250	4,5	5,2	57,3	306,6	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	460	20,4	12,7	59,7	443,7	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		74,8	62,7	261,7	1 964,5	

Исполнитель
Руководитель _____ К.В. Тюркина
М.П. _____



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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	180					
КАКЛО С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	425	18,4	14,1	54,6	420,5	Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б С СМЕТАНОЙ	180/5					Сборник рецептов или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	622	23,4	24,0	53,7	533,4	Сборник рецептов или ТТК
Полдник						
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	3,6	5,3	36,6	208,5	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	460	19,6	17,4	85,3	600,4	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		70,9	66,0	256,2	1 946,5	



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

Присм. пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Исходная документация
	Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г					
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	Завтрак							
МОЛОКО КИпяченое	180							Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	180							Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30							Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм. пищи:	400	17,9	12,5	59,4		422,7		Сборник рецептов или ТТК
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	2 Завтрак							
Итого за присм. пищи:	200							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	Обед							
БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	50							Сборник рецептов или ТТК
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10							Сборник рецептов или ТТК
КВАС ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150							Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАВЦЫ	180							Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50							Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм. пищи:	20							Сборник рецептов или ТТК
БУЛЬОНКА ВАНИЛЬНАЯ	640	26,9	19,9	86,8		667,6		Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	Полдник							
Итого за присм. пищи:	50							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	190/10							Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	250	4,2	3,9	38,7		206,7		Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	Ужин							
Итого за присм. пищи:	150/60							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200							Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм. пищи:	40							Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм. пищи:	450	31,7	20,8	72,7		631,0		Сборник рецептов или ТТК
Итого за день:	180							
Итого за присм. пищи:	180	5,1	4,4	7,0		92,5		Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:	86,8	61,7	284,2			2 103,9		

Исполнитель
Руководитель
М.п. К.В. Терина
0913490500



Примерное 20-ти дневное меню

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

10 Вариант

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ШКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм пищи:	430	21,6	26,8	17,8	484,8	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					
Итого за присм пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	Сборник рецептов или ТТК
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	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 РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм пищи:	670	23,9	16,4	88,8	600,4	
Полдник						
КОШИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					
Итого за присм пищи:	250	6,9	7,3	54,2	311,6	Сборник рецептов или ТТК
Ужин						
КОТЛЕТЫ, БИТОНКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присм пищи:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	Сборник рецептов или ТТК
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за присм пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		80,6	76,1	280,2	2 152,0	



Исполнитель
Руководитель



**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 2-4 часовой режим функционирования
11 Вариант**

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	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 прием пищи:	405	9,9	14,1	48,1	368,6	
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	150					Сборник рецептов или ТТК
СОУС ТОМАТНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	670	23,9	11,9	106,5	653,9	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТА РУБЕЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	70-50					Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	552	19,5	20,7	69,7	556,8	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		63,4	55,8	307,6	2 044,3	



Исполнитель
Руководитель
И. П. К. В. Тюркина
и. п.



Руководитель
И. П. К. В. Тюркина
и. п.

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

12 Вариант

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКО КИпяченое	180					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	425	19,3	14,2	50,3	406,6	
2 Завтрак						
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/10					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80					Сборник рецептов или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	750	27,3	28,4	111,5	823,8	
Полдник						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9	
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	150/60					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	452	27,9	18,5	73,3	582,4	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		84,2	70,9	321,0	2 290,2	



Исполнитель
Руководитель _____ К.В. Тюркина
М.П. _____



Руководитель
М.П. _____
03.06.2014

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 2,4 часовой режимом функционирования**

13 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	415	11,1	10,2	77,1	457,7	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	720	21,9	20,1	89,6	637,2	
Полдник						
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	5,6	46,9	267,2	
Ужин						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
КАРТФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	450	20,9	16,8	73,1	536,3	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		66,4	57,3	313,3	2 074,3	



Руководитель



Исполнитель
Руководитель

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

14 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Исходные вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	420	17,9	24,0	26,9	400,7	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	660	20,0	17,5	71,7	538,5	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	
Ужин						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	490	20,4	20,4	78,2	600,9	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		68,6	70,4	242,1	1 922,7	



Руководитель: *[Подпись]*



Исполнитель
Руководитель: *[Подпись]*

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

15 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВКОЙ)	180				Сборник рецептов или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	40				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	430	13,7	11,4	52,8	369,6
2 Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				Сборник рецептов или ТТК
СУП С КРУПНОЙ НА К/Б	180				Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	630	37,0	38,1	98,2	887,2
Полдник					
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	6,5	7,8	42,4	266,4
Ужин					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	452	17,3	21,3	53,5	493,7
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		80,4	83,8	272,9	2 200,6



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

16 Вариант

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30,5/20					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	455	15,2	10,9	90,5	525,6	
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КБ	180					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	600	19,4	17,7	54,2	456,1	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70					Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	460	18,1	11,4	54,4	400,6	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		62,8	49,1	282,4	1 847,3	



Исполнитель
Руководитель _____ М.П. К.В. Тюрина



МОУ
Детский сад № 333
Заказчик
Руководитель _____ М.П. А.Н. Виссарионова
15.06.2018

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 2-4 часовой режим функционирования**

17 Вариант

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	405	9,8	16,2	57,0	425,4
2 Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				Сборник рецептов или ТТК
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/5				Сборник рецептов или ТТК
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	70/30				Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	685	21,2	24,6	93,7	695,4
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	3,9	4,9	47,0	247,9
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/60				Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	45				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	452	31,7	22,6	63,2	599,3
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		72,7	72,9	287,5	2 143,9



Исполнитель
Руководитель *И. В. Тюрина*



Руководитель *А. Н. Виллисова*
03.08.2024

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

18 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
Сыр (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	25					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	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 прием пищи:	400	1,8	1,0	38,6	174,6	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА К/Б	180					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин						
ПЕ-ФРЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	180/10/7					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	447	16,9	16,9	61,8	481,4	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		78,0	73,6	303,2	2 217,6	



Руководитель



Исполнитель
Руководитель

**Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 2-4 часовой режим функционирования**

19 Вариант

Присем пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					Сборник рецептов или ТТК
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40 S.P.S					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	420	16,6	16,8	45,3	407,7	
2. Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептов или ТТК
СУП С КРУПКОЙ НА БУЛЬОНЕ	180					Сборник рецептов или ТТК
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	670	17,7	12,2	83,4	530,7	
Полдник						
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	250	3,6	5,3	55,2	283,1	
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	450	28,2	20,3	74,1	602,8	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		72,2	59,2	284,6	2 000,2	



Руководитель



Исполнитель
Руководитель

Приложение № 10 к плану меню
 для детей дошкольного возраста в 1-й основной режим функционирования

Присем пища, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	50				Сборник рецептов или ТТК
БАТОН	430	8,1	78,5	447,5	Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи	200	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Обед					
ПЕЧЕНЬ ПОД ШОКОЛАДОМ	50				Сборник рецептов или ТТК
САЛАТ С ОВОЩАМИ И КУРИЦЕЙ	180				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	70				Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ПОД ШОКОЛАДОМ	150				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	180				Сборник рецептов или ТТК
ПЕЧЕНЬ ПОД ШОКОЛАДОМ	40				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	30				Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи	700	22,4	29,9	96,4	762,3
Полдник					
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	50				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	200				Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи	250	6,8	7,4	52,8	305,8
Ужин					
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	50				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	120/50				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	190/10				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	30				Сборник рецептов или ТТК
Итого за присем пищи	450	20,0	25,6	49,5	514,4
Итого за день					
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	180				Сборник рецептов или ТТК
КОМПОЗИЦИОННЫЙ НАПИТОК	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за присем пищи	360	70,3	76,2	303,2	2 213,7
Итого по периодическому меню					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	
Итого за период	1 462,5	1 317,0	5 732,5	41 416,5	
Среднее значение за период	73,1	65,8	286,6	2070,8	



Руководитель



Исполнитель
 Руководитель