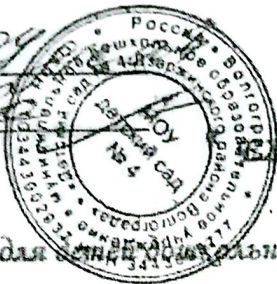


Согласовано

Зверев Л.Ю.

О.С. Бурикова

11.00 2015г.



Утверждено: *Алеко*

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

20.10.25

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белок, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 6 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖАРИСТАЯ (манная) ТТК №83 | 150 | 6,1 | 3,4 | 28,8 | 163 | ТТК №83 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | БАТОН | 50 | 3,9 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| | Итого за завтрак | | 365 | 11,2 | 6,4 | 69,5 | 340,7 | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №66 | 150 | 2,3 | 1,9 | 12,1 | 74,2 | ТТК №66 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,8 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №378 | 150 | 0 | 0 | 11,8 | 46,5 | 378 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| | Итого за обед | | 640 | 15,3 | 12,9 | 69,2 | 463 | |
| Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477 | 130/40 | 10,3 | 18,3 | 43,9 | 344,3 | ТТК №152, 477 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393 | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 48 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №497 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,2 | 497 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 16 | 22,3 | 68,8 | 688,6 | | |
| Всего за день: | | | 43,3 | 42,4 | 237,2 | 1481,6 | | |

Повар

Ковалева А.В.

Согласовано

И. В. Моч...
С. В. Бу...
 17.05.2025



Учредитель: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень

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

21.10.25

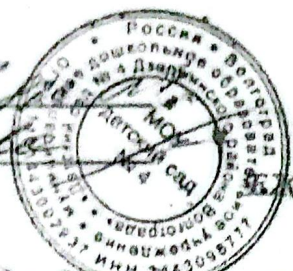
| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 7 | | | | | | | | |
| Завтрак | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 130 | 8,1 | 6,4 | 8,5 | 180,3 | ТТК №72 | |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392 | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 392 | 2011 |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,8 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| | Итого за завтрак | | 355 | 11,7 | 10,8 | 31,7 | 318 | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №390 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ | 30 | 0,9 | 0 | 0,7 | 4,1 | | |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ ТТК №202 | 150/15 | 4,1 | 4 | 10,4 | 94 | ТТК №202 | |
| | МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/354 | 130/20 | 13 | 7,4 | 28,4 | 251,1 | ТТК №64, 354 | 2011 |
| | КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,8 | 71,8 | 372 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71,4 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71 | | |
| Итого за обед | | 660 | 22,1 | 12 | 88,8 | 563,4 | | |
| Уплотненный полдник | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65 | 50/30 | 6,6 | 7,8 | 15,2 | 143,9 | ТТК №65 | |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 | 130 | 2,7 | 4 | 18,4 | 123,9 | 321 | 2011 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 | 180 | 2,7 | 2,3 | 14,0 | 87,6 | 394 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 9,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 430 | 18,1 | 14,3 | 67,7 | 460,1 | | |
| Всего за день: | | | 48,8 | 37,3 | 203,9 | 1404,8 | | |

Повар

Ковалева А.В.

Согласовано

Зав. МОУ
О.В. Вурикова
17.09.2020г.



ООО Алко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

22.10.25

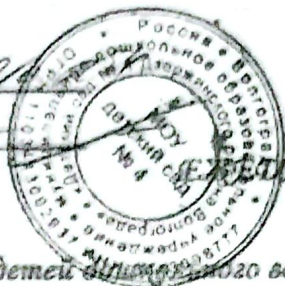
| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 | 150 | 6,1 | 3,4 | 26,5 | 183 | ТТК №83 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/73,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | БАТСН | 50 | 3,6 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| Итого за завтрак | | 355 | 11,2 | 6,4 | 59,5 | 340,7 | | |
| 2 Завтрак | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №268 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88 | 150 | 2,3 | 1,9 | 12,1 | 74,2 | ТТК №88 | |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75 | 120/15 | 7,6 | 10,4 | 11,3 | 177,2 | ТТК №75 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 | | |
| Итого за обед | | 640 | 15,3 | 12,9 | 69,2 | 483 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83 | 130/40 | 10,3 | 18,3 | 43,9 | 344,3 | ТТК №152, 477 | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 150/73,5 | 0,1 | 0 | 7 | 29 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,6 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467 | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | 467 | 2011 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 16 | 22,3 | 89,5 | 686,8 | | |
| Всего за день: | | | 43,3 | 42,4 | 237,2 | 1681,9 | | |

Повар

Ковалева А.В.

Согласовано

*Завед. МБОУ
О.С. Вурьева
14.03.2025*



Утверждаю: *О.О. Алеко*
Кувалова А.В.

МЕНЮ ПИТАНИЯ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень

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

23.10.25

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборная рецептур |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 9 | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЯСНОВАЯ (личинная) ТТК №106 | 150 | 7 | 3,5 | 26,1 | 170,1 | ТТК №106 | |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №406 | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 78,9 | 406 | 2011 |
| | БАТОН | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 | | |
| Итого за завтрак | | 350 | 15,1 | 8,7 | 61,8 | 384,7 | | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ №369 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 369 | 2011 |
| Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | 33 | 2011 |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 | 150/10 | 1,5 | 5 | 7,5 | 91,2 | ТТК №28 | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 | 150/5 | 8,9 | 12,2 | 14,2 | 181,8 | ТТК №68 | |
| | КРАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,8 | | |
| Итого за обед | | 515 | 13,5 | 19,5 | 62,3 | 468,9 | | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477 | 130/50 | 16,2 | 12,3 | 29,5 | 360,8 | ТТК №151, 477 | |
| | КЕФИР №401 | 180 | 5,1 | 4,4 | 7 | 62,5 | 401 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 26,8 | 104,9 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 400 | 24,3 | 17,9 | 67,9 | 562,5 | | |
| Всего за день: | | | 63,8 | 48,3 | 188,8 | 1481,6 | | |

Повар

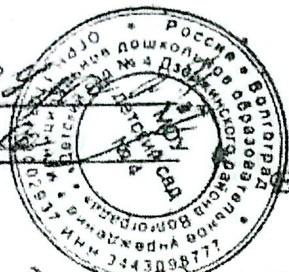
Королева С.Ю.

Согласовано

Завед. мед. пед.

О.С. Вурикова

17.03.2025г.



Утверждает: *А.В. Ковалева*

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

24.10.25

| Приним пищи | Приним пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| Вариант 10 | | | | | | | | |
| Завтрак | МКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 130 | 8,1 | 8,4 | 6,5 | 180,3 | ТТК №72 | |
| | ЧАЙ С МОЛКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №304 | 160 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | 394 | 2011 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,0 | 104,8 | | |
| | Итого за завтрак | | 350 | 14,3 | 14,6 | 40,6 | 397 | |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399 | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 399 | 2011 |
| | Итого за 2 завтрак | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 30 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | | |
| | СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №66 | 150 | 2,3 | 1,8 | 12,7 | 75,1 | ТТК №66 | |
| | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №69 | 160 | 14,4 | 19,8 | 14,7 | 241,5 | ТТК №69 | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 160 | 0 | 0 | 11,0 | 46,5 | 376 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | Итого за обед | | 540 | 21 | 19,9 | 66,2 | 494,6 | |
| Уплотненный полдник | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 90 | 6,3 | 8,5 | 15,1 | 144,06 | ТТК №61 | |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ) №195 | 120 | 6,3 | 4,48 | 20,7 | 203 | 195 | 2011 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, БАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №992 | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | 992 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | | |
| Итого за Уплотненный полдник | | 490 | 16,8 | 13,18 | 73,7 | 482,06 | | |
| Всего за день: | | | 52 | 43,86 | 190,2 | 1463,76 | | |

Повар: _____