

Согласовано

и.о.у. гл.к. №37

*Национальный центр
демографической статистики*

17.03.2015

Согласовано

Исх. № 37

Национальный

17.03.2015

11.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Утверждаю:  **Алеко**
Созалева А.В.

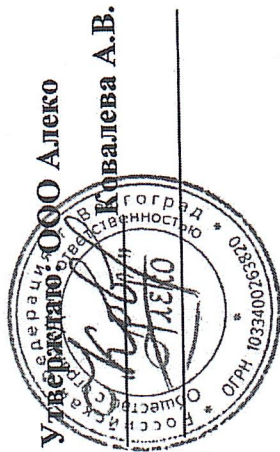
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
Вариант 6								
Завтрак	КАША ЖЕЛТАЯ (манная) ТТК №63	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/73,5	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
		365	11,2	6,4	59,5	340,7		
Итого за завтрак								
		200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8		19,0	91,2		
Итого за 2 завтрак								
		30	0,2	0	0,5	3,9		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,9	12,1	74,2	ТТК №88	
	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ ТТК №75	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК №75	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15,3	12,9	69,2	463		
Итого за обед								
		130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ							
	СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №152, №477	150/73,5	0,1	0	7	29	393	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16	22,3	89,5	596,6		
Итого за Уплотненный полдник								
			43,3	42,4	237,2	1481,5		
Всего за день:								
Повар								



Согласовано

17.03.2025

Врач педиатр Ковалева А.В.



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

18.11.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 7 Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	6,5	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	78,6		
		5	1,2	1,5	0	17,7	7	2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	355	11,7	10,8	31,7	316		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	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 ПЕЧЕНЫЮ (говядина) С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №64/№354	130/20	13	7,4	28,4	251,1	ТТК №64, 354	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
		30	2,3	0,2	15,1	71		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	560	22,1	12	86,8	563,4		
Итого за обед								
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	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								
			49,8	37,3	203,9	1404,6		

Повар



Согласовано

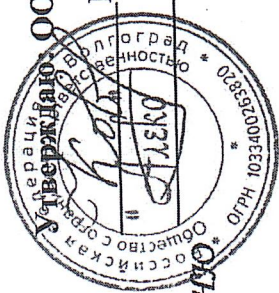
17.03.2025

Врач педиатр О.Ю.

19.11.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень



ООО Алеко

Ковалева А.В.

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 8 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная) ТТК №83	150	6,1	3,4	26,8	163	ТТК №83	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		2011
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	11,2	6,4	59,5	340,7		
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
		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	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	15,3	12,9	69,2	463		
Итого за обед								
Уплотненный полдник Итого за Уплотненный полдник Всего за день:	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	ТТК №152, 477	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150/7/3,5	0,1	0	7	29	393	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	20	1,5	0,1	9,7	46		2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	
Повар	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	400	16	22,3	89,5	586,6		
			43,3	42,4	237,2	1481,5		

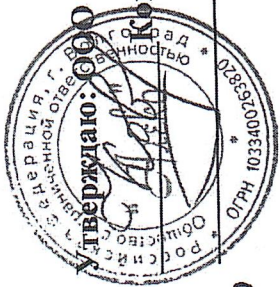


Согласовано

16.09.2025 №32

Кухня Ковалева А.В.

17.03.2025



Утверждаю: О.О.О. Алеко

Ковалева А.В.

20.11.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

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 9 Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
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	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		515	13,5	19,5	62,3	488,9		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:								
			53,8	46,3	198,9	1491,6		

Повар _____

Согласовано

Sheryl Panerwande O. 10.

21.11.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Повар

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 Вариант 10 Завтрак								
			30	0,6	2,7	2,3	35,7	
			130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК №72
			150	2,6	2,3	11,2	76,2	394
			40	3	1,2	20,6	104,8	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394							
	БАТОН							
		350	14,3	14,6	40,6	397		
Итого за завтрак								
2 Завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399							
		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Итого за 2 завтрак								
Обед		30	0,2	0	0,5	3,9		
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ							
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	9,7	46		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	540	21	15,9	66,2	494,6		
Итого за обед								
Уплотненный полдник		50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61							
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ							
Итого за Уплотненный полдник								
Всего за день:			52	43,88	198,2	1448,76		