



27.04.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕММ ИЛИ ПОВИДЛОМ №2	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		395	14,6	10,2	88,5	507,9		
2 Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №388	200	0,8	0,8	19,0	91,2	388	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед								
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №47	150	1,7	3	5,9	57,7	ТТК №47	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	19,1	16,9	50,9	436,4		
Уплотненный полдник								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК №74	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕММОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		420	14,5	15,5	66,1	430,3		
Всего за день:		49	43,4	224,5	1465,8			

Ответственное лицо _____

Согласовано

№ 22

Медсестра О.Ю. Ковалева

26.01.2026

28.04.2026

Утверждено: Алеко

Ковалева А.В.



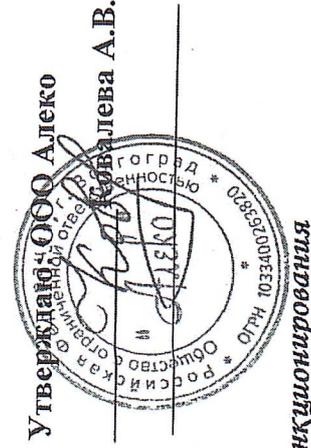
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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			
Завтрак	КАША вязкая молочная (рисовая) ТТК №102	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК №102	2011
	ЧАЙ с МОЛОКОМ или СЛИВКАМИ	180	2,7	2,3	14,0	87,8	394	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	7,7	10,4	48,0	321,2		2011
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ на МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,8	ТТК №200	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина) ТТК №60	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	
	КИСЕЛЬ из ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №363	150	0,1	0	21,1	84,8	363	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК №151, 477	2011
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55	563,1		
Всего за день:			48,4	48,7	200,1	1489,6		

Ответственное лицо _____



29.04.2026

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			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) ТТК №104	150	6,4	4,6	23,4	159,2	ТТК №104	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
Итого за завтрак		380	9,5	5,8	53,8	303,4		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		380	1,7	1,0	36,7	166,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №87	150	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
Итого за обед		520	17,6	20,7	94,8	596,6		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		412	10,7	12,3	48,5	342,5		
Всего за день:			39,5	39,8	233,8	1 408,8		

Ответственное лицо _____

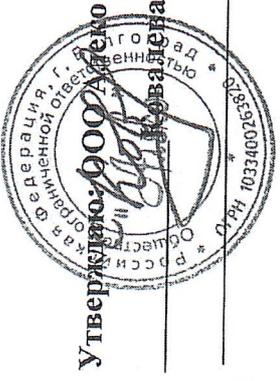


Согласовано

№ 32

Медик О.В. Митина

26.01.2026



Утверждено: 0000

30.04.2026

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			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	30	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 молоком или сливками №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	Батон	40	3	1,2	20,6	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	Отурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9		
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне ТТК	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	
	Компот из сушеных фруктов №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17	81,6		
	Итого за обед	520	19,5	15,8	56,5	448,6		
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые ТТК №61	50	6,3	8,5	15,1	144,96	ТТК №61	
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) №166	120	6,3	4,48	28,7	203	166	2011
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за Уплотненный полдник	400	15,8	13,18	73,7	482,06			
Всего за день:		50,5	43,78	188,5	1402,76			

Ответственное лицо