

Согласовано

МОУ г/с №32

Наим. Канетанова О.Ю.

26.07.2026

Утверждено: ООО Алеко

20.07.2026

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Неделя 4 Вариант 16	Завтрак										
			КАША ЖИДКАЯ (пшеница) ТТК №105	150	7	3,5	28,1	175,1	ТТК №105		
			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №385	150	2,3	1,8	11,4	71,3	385	2011	
			БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОМИДОМ №2	30/5/20	2,3	9,7	27,4	106,7	2	2011	
			БАТОН	40	3	1,2	20,8	104,8			
	Итого за завтрак	395	14,6	10,2	88,5	507,9					
	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	91,2			
		Обед									
				СУПЕЦ СВЕЖИЙ	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, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №66	2011		
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376		150	0	0	11,5	46,5	376			
	Итого за обед		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48				
			520	19,1	16,9	50,9	436,4				
Уплотненный полдник											
			СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ТТК №74	50	6,3	8,2	2,1	72,7	ТТК №74		
			ЛОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011	
			ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОМИДОМ №392	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46			
	Итого за Уплотненный полдник		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №487	50	4,1	3,9	28,9	167,3	487	2011	
			420	14,5	15,5	55,1	430,3				
		Всего за день:		49	43,4	224,6	1455,8				

Полар

Согласовано

МДП-д/с №32

Медс. Каниташев О.Ю

26.01.2026

Утверждено ООО Алеко

Н.В. Ковалева А.В.

21.07.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Присм пищи	Присм пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак Неделя 4 Вариант 17	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) ТТК №102	150	2,3	8,0	23,7	103,5	ТТК №102	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	100	2,7	2,3	14,0	87,6	394	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) №7	5	1,2	1,8	0	17,7	7	2011
	Итого за завтрак	355	7,7	10,4	48,0	321,2		
2. Завтрак Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №359	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	1,8	2,5	25,5	33	2011
	БОРЩ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №200	150/5	1,2	3	5,4	54,0	ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (пюре) ТТК №93	50/20	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК №93	
	МАСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №206	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВАДИ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,0	383	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	Итого за обед	545	15,4	19,3	79,4	530,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,3	13,2	27,4	365,9	ТТК №151, 477	
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,9		
Итого за Уплотненный полдник		400	24,4	18,8	55	563,1		
	Всего за день:		48,4	48,7	200,1	1489,6		

Полдник

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

№ 32

Наша рекомендация 0.10

26.01.2026

22.07.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	КАША ГОРДКАЯ (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
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	
	Итого за завтрак	340	9,5	5,8	53,8	303,4	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №398	200	0,8	0,8	19,0	91,2	398
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
	Итого за 2 завтрак	380	1,7	1,0	36,7	166,3	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №57	160	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК №57
	ПЛОДЫ ИЗ ОТИЦЫ ТТК №67	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК №67
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	160	0,1	0,1	17,4	71,8	372
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	40	2,6	0,4	1,7	81,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48	
Итого за обед		520	17,6	20,7	94,8	596,6	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (овощная) ТТК №65	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК №65
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2	4,3	10,9	57,7	344
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ №393	180/107	0,2	0	10	41,7	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	50,2	
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	

Повар

Согласовано

Утверждено: ООО Алеко

Исх. № 32

23.07.2026

Исх. № 32

26.07.2026

ТЕЖЕЛЕНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Завтрак	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	130	8,1	8,4	8,5	180,3	ТТК №72
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,8	11,2	76,2	394
	БАТОН	40	3	1,2	20,8	104,8	
Итого за завтрак		350	14,3	14,6	40,6	397	
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ЛИМОННО-РАДИСНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	СУПЩЕ СВЕЖИЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	
	СОЛСТОПЛОДНО-ОПЕКАННО-ПЕЩЕЧНО-ОБЖАРЕННЫЙ ТТК №88	150	2,3	1,8	12,7	75,1	ТТК №88
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №86	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №86
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0	0	11,6	46,5	376
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	
	Итого за обед	620	19,5	15,8	56,8	440,5	
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНАЦЕЛ РУБЛЕННЫЕ ТТК №81	50	6,3	6,5	15,1	144,05	ТТК №81
	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
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	402,66	
Всего за день:			50,6	43,78	188,6	1402,76	

Повар

Согласовано

МОН г/с №32

МОН г/с №32

26.01.2016

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
Завтрак	КАША ЖОИРОВАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №365	150	2,4	1,5	12,2	76,1	355	
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ №7	5	1,2	1,5	0	17,7	7	
Итого за завтрак		355	13,6	6,1	61,9	373,7		2011
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	91,2		
Обед	ИКРА КУЛИЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		ТТК №23
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №28	150	1,5	3	7,1	62,4		
	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ, ЦЕЛЫЕ РУБЕЖНЫЕ ТТК №61	50	5,3	8,5	15,1	144,90	ТТК №61	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	25,3	165,1	205	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВАШЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №343	150	0,1	0	21,1	84,8	303	
	ХЛЕБ ПЕКАРИННЫЙ	30	1,3	0,2	8,5	40,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	Итого за обед	535	15,8	19	92,9	593,96		
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,4	0	0,8	5,5		ТТК №32, 354
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №32/354	100/30	8,5	9,7	15,8	207,4		
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	180/10	0,1	0	9,5	39,4	382	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	40		
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,8	83,4		2011
	Итого за день:	400	12	11,0	51,2	375,7		
Повар			42,2	39,7	225	1434,56		