

Согласовано

Модуль № 32
Медсестра Кантемирова О.Ю.
26.07.2026

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

06.07.2026



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 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 ЖИДКАЯ (МАННА)	183	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №63	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
	СЫР (ПОРЦИОН)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	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	СУПЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	88,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ПЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	375	2011
	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	119,4		
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	18,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №162, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	48,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,5	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день:			61,2	47,0	254,7	1 810,9		

Повар

Согласовано

МКУ г.о.н.з.г.
Андрей Канитомов О.Ю.
26.01.2016

Утверждено ООО Алеко

Ковалева А.В.



07.07.2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	На рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,8	59,5		
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	362	2011
	Батон	30	2,3	0,6	15,4	78,6		
	Итого за завтрак	430	18,7	24,3	32,0	426,9		
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	306	2011
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №202	
	Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	287,2	ТТК №64, 348	2011
	Компот из свежих плодов	160	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	Хлеб пеклеваемый	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		565	25,1	15,8	66,4	606,2		
Уплотненный полдник	Терпели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85	
	Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,2	143,4	321	2011
	Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,6	15,8	87,3	394	2011
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	16,1	71		
	Булочка вешушка	50	4,0	3,0	28,6	150,8	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		630	22,7	22,7	92,5	677,9		
Всего за день:			67,5	63,0	229,5	1 794,4		
Повар								

Согласовано
МДГ/ФК №32
Аманжол-Барынтаев 26.01.2026

08.04.2026.

Ковалева А.В.



Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
..	Неделя 2							
	Вариант 8							
Завтрак	КАША ЯЧЕЧКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С ЛИМОННОМ	180/107	0,2	0,0	10,8	41,7	393	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79,6		
	СЫР (ПОРЦИОНЫ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
Итого за завтрак		417	12,1	8,1	56,8	348,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	18,0	91,2	389	2011
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	18,0	91,2		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	16,6	51,9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	119,4		
Итого за обед		720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Ужиноутренний полдник	ЗАПЕКАНОЕ ПОРОЧКО-ВАНИЛЬНОЕ С СОУСОМ ВОЛОЧЕЧНЫМ СЛИВОЧНЫМ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152, 477	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,8	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,8	0,1	9,7	46,0		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	487	2011
Итого за Ужиноутренний полдник		467	24,9	22,1	88,3	659,3		
Всего за день			51,2	47,0	256,7	1 810,9		
Обед								

Figure 2

Согласовано

2009 г/с 232

Иванов И.И. Каримово. О.Ю.

26.01.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,0	4,4	8,3	94,3	400	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	70,0		
	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ)	10	2,3	3,0	0,0	35,4	7	2011
	Итого за завтрак	400	17,9	12,5	59,4	422,7		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,8	83,4	399	2011
	Итого за 2 завтрака	200	1,0	0,2	19,8	83,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	50	0,7	2,8	4,1	45,6	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10	1,7	5,1	9,2	95,9	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК №68	
	КАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,8	303	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		640	26,9	19,9	86,0	634,7		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК №151, 477	
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,6	102,8	401	2011
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0		
Итого за Уплотненный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5		
Всего за день:			82,9	58,9	230,7	1 804,3		
	Повар							

26.01.2026

Согласовано

2008 g/c N 32

Наименование: Карьерная Д.О.

26.01.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-мг ДНДБНОЕ МЛННО

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ЯЙРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ БАТОН	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
		150	15,3	18,9	2,9	245,4	ТТК №72	
		200	3,0	2,5	15,8	97,3	394	2011
		30	2,3	0,9	18,4	75,0		
		430	21,6	26,8	37,6	484,8		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4		
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
		180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК №86	
		150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК №88	
		200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
		40	2,8	0,4	17,0	81,6		
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4		
Уплотненный полдник		570	23,9	15,4	88,4	599,9		
Итого за Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ КОША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕПЕВАН) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ГОБИДОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК №81	
		150	6,1	5,5	36,9	234,4	168	2011
		150/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71,0		
		450	24,1	21,0	72,9	579,3		
Всего за день:	Повар		68,6	84,4	218,6	807,4		