

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

20.04.2026

Науч. Кооператив. ОЮ.

26.04.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

| Прием пищи                        | Применение блока                                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
|                                   |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Завтрак<br>Неделя 4<br>Вариант 16 | КАША ЖАРДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                             | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105   |                  |
|                                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 385        | 2011             |
|                                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                      | 300/20       | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2          | 2011             |
|                                   | BATON                                                | 20           | 1,5              | 0,8     | 10,3        | 52,4                          |            |                  |
|                                   | Итого за завтрак                                     | 455          | 15,2             | 10,9    | 90,5        | 525,6                         |            |                  |
| 2 Завтрак<br>Итого за 2 завтрак   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                               | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 385        | 2011             |
|                                   |                                                      | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |            |                  |
| Обед                              | СУПЕЦ СВЕЖИЙ                                         | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |            |                  |
|                                   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,0              | 3,6     | 7,2         | 70,2                          | ТТК №47    |                  |
|                                   | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                    | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №65    |                  |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,6                          | 376        | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ                                      | 40           | 2,8              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |            |                  |
| Итого за обед                     | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                   | 30           | 2,3              | 2,9     | 22,3        | 125,1                         |            |                  |
|                                   |                                                      | 630          | 21,7             | 20,6    | 76,1        | 580,7                         |            |                  |
| Уплотненный полдник               | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74    |                  |
|                                   | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321        | 2011             |
|                                   | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ     | 180/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 382        | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |            |                  |
|                                   | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                    | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467        | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                      | 490          | 21,8             | 14,6    | 80,4        | 548,4                         |            |                  |
|                                   | Всего за день:                                       | 89,5         | 46,9             | 256,0   | 1 745,9     |                               |            |                  |
| Повар                             |                                                      |              |                  |         |             |                               |            |                  |

Согласовано

body at  $\sqrt{32}$

Канд. Пармановбе. О.И.

26.07.2026

УТВЕРЖДАЮ: 0000 Алеко

21.04.2026

К. В. Ковалева А. В.



ЭКСПЕРИМЕНТОМ 20-му ДИФЕРЕНЦИАЛЬНОМУ

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 | № рецептур    | Сборник рецептур |
|------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 17       |                                                          |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак                      | КАША вязкая молочная (рисовая)                           | 180          | 2,7              | 7,2     | 26,4        | 156,2                         | ТТК №102      | 2011             |
|                              | ЧАЙ с молоком или сливками                               | 180          | 2,7              | 2,3     | 14,0        | 87,6                          | 394           | 2011             |
|                              | БУТЕРБРОД с сыром                                        | 305/10       | 4,4              | 5,7     | 14,6        | 141,8                         | 3             | 2011             |
| Итого за завтрак             |                                                          | 405          | 9,8              | 15,2    | 57,0        | 425,4                         |               |                  |
| 2 Завтрак                    | СОУС ЯБЛОЧНО-ЛЕРИКОВСКИЙ                                 | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,8        | 83,4                          | 569           | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                       | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,8        | 83,4                          |               |                  |
| Обед                         | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ                              | 50           | 0,8              | 2,4     | 4,5         | 44,1                          | 20            | 2011             |
|                              | БОРЩ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ                | 180/5        | 1,3              | 4,3     | 7,1         | 76,5                          | ТТК №200      |                  |
|                              | СЫРНЫЕ КОЛБАСКИ В СОУСЕ (овощная)                        | 70/30        | 11,5             | 13,1    | 8,3         | 203,3                         | ТТК №630      |                  |
|                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                     | 130          | 4,5              | 4,4     | 31,1        | 188,4                         | 205           | 2011             |
|                              | КОМПОЗИЦИЯ ИЗ КОМПОЗИЦИОННОЙ ПЕКАРИИ                     | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,8                         | 383           | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКАРИИ                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,5                          |               |                  |
| Итого за обед                |                                                          | 585          | 21,2             | 24,6    | 93,7        | 696,6                         |               |                  |
| Уплотненный полдник          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/50       | 26,1             | 21,3    | 30,1        | 439,7                         | ТТК №151, 477 |                  |
|                              | КОФЕ                                                     | 200          | 5,8              | 4,9     | 7,8         | 102,8                         | 401           | 2011             |
|                              | БАТОН                                                    | 40           | 3,0              | 1,2     | 20,6        | 104,8                         |               |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                          | 489          | 36,7             | 27,4    | 58,5        | 647,3                         |               |                  |
| Итого за день:               |                                                          |              | 58,7             | 68,4    | 226,3       | 1 852,7                       |               |                  |

Показ

Согласовано

22.07.2026

Нач. Каниташева 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 | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                   |                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 18<br>Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                             | 180/5        | 7,8              | 5,5     | 28,5        | 195,7                         | ТТК №104     |                  |
|                                   | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПСМЯГОМ        | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                   | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                         | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7            | 2011             |
|                                   | БАТОН                                                  | 25           | 1,9              | 0,7     | 12,9        | 65,5                          |              |                  |
|                                   |                                                        | 420          | 12,1             | 9,2     | 51,2        | 337,0                         |              |                  |
| 2 Завтрак                         | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                 | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                                   | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                           | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 309          | 2011             |
|                                   |                                                        | 400          | 1,8              | 1,0     | 38,6        | 174,5                         |              |                  |
| Итого за 2 завтрака<br>Обед       | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ                                        | 50           | 0,7              | 2,9     | 4,1         | 45,8                          | 33           | 2011             |
|                                   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА ЮРИННОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 4,7              | 3,9     | 13,6        | 110,3                         | ТТК №43      |                  |
|                                   | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                          | 150          | 28,9             | 31,2    | 24,0        | 488,1                         | ТТК №67      |                  |
|                                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 95,0                          | 372          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ                                           | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          |              |                  |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                   |                                                        | 610          | 37,9             | 38,5    | 85,8        | 848,2                         |              |                  |
| Уплотненный полдник               | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (паста)                               | 70/30        | 10,3             | 12,4    | 11,0        | 205,3                         | ТТК №65      |                  |
|                                   | РАГУ СВЕЩНОЕ (З ВАРЬАНТ)                               | 150          | 2,8              | 5,9     | 14,9        | 134,6                         | 344          | 2011             |
|                                   | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                          | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                                   |                                                        | 467          | 14,8             | 18,4    | 45,6        | 427,6                         |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник      |                                                        |              | 66,5             | 67,1    | 221,2       | 1787,4                        |              |                  |
| Всего за день:                    |                                                        |              |                  |         |             |                               |              |                  |

Повар

Согласовано

МБОУ г/с №32

МБОУ Каниташев. О.Ю.

26.01.2026

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

23.04.2026



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

| Принем пищи            | Принем пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Запрещенная ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------|------------|------------------|
|                        |                                                  |              | Белок, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                            |            |                  |
| Завтрак                | ИРА КАЗАНОВА КОНСЕРВИРОВАННАЯ                    | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,5         | 55,5                       |            |                  |
|                        | САМЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                      | ТН №72     |                  |
|                        | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛАДКАМИ                       | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,0        | 97,3                       | 364        | 2011             |
|                        | БАТОН                                            | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                       |            |                  |
|                        | Итого за завтрак                                 | 430          | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                      |            |                  |
| 1 Завтрак              | СОК ЯБЛОЧНО-АПРИКОСОВЫЙ                          | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                       | 369        | 2011             |
|                        | Итого за 2 завтрак                               | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                       |            |                  |
|                        | Обед                                             |              |                  |         |             |                            |            |                  |
|                        | ОУРЕШ СВЕЖИЙ                                     | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                        |            |                  |
|                        | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ   | 180          | 2,7              | 2,0     | 16,2        | 100,0                      | ТН №88     |                  |
|                        | ПТИЦА, ЗАУБЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ               | 150          | 14,4             | 13,0    | 14,7        | 241,0                      | ТН №86     |                  |
|                        | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 200          | 0,0              | 0,0     | 18,5        | 61,9                       | 376        | 2011             |
|                        | ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯ                                     | 40           | 2,8              | 0,4     | 17,0        | 81,6                       |            |                  |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                      |            |                  |
|                        | Итого за обед                                    | 670          | 20,9             | 16,4    | 83,4        | 599,9                      |            |                  |
| Успокоительный полдник | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦА РУБЕНЫЕ                  | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                      | ТН №51     |                  |
|                        | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)           | 150          | 6,1              | 5,6     | 36,8        | 234,4                      | 105        | 2011             |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180          | 0,1              | 0,0     | 9,0         | 36,4                       | 362        | 2011             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 78,6                       |            |                  |
| Всего за день:         |                                                  | 450          | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                      |            |                  |
| Повар                  |                                                  |              | 66,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                    |            |                  |

Согласовано

МКУ г.о.с. № 32  
Министр Капитанов О.Ю.  
26.01.2026

24.04.2026.

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 | № рецептур   | Сборник рецептур |
|-------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                         |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4<br>Вариант 20  | Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|                         | КАША ХИЩАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                               | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                         | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 385          | 2011             |
|                         | БАТОН                                                | 50           | 3,8              | 1,5     | 25,7        | 131,0                         |              |                  |
| Итого за завтрак        |                                                      | 430          | 15,2             | 8,1     | 78,5        | 447,5                         |              |                  |
| 2. Завтрак              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                               | 200          | 0,8              | 0,8     | 18,0        | 91,2                          | 366          | 2011             |
|                         |                                                      | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
| Обед                    | УКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                     | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |              |                  |
|                         | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,0              | 3,7     | 8,8         | 78,5                          | ТТК №28      |                  |
|                         | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ                 | 70           | 11,8             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №81      |                  |
|                         | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                 | 130          | 4,9              | 4,4     | 31,1        | 189,4                         | 205          | 2011             |
|                         | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                    | 180          | 0,1              | 0,0     | 25,7        | 102,8                         | 383          | 2011             |
|                         | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                      | 40           | 2,5              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
|                         |                                                      | 680          | 24,5             | 28,4    | 112,8       | 816,1                         |              |                  |
| Уютный полдник          | ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ                                      | 50           | 0,5              | 0,0     | 1,2         | 6,8                           |              |                  |
|                         | СРИСАДЕЛЬМИ ВКУСЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ     | 140/50       | 12,2             | 13,8    | 23,5        | 290,3                         | ТТК №32, 355 | 2011             |
|                         | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ     | 180/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 30,4                          | 392          | 2011             |
|                         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |
| Итого за Уютный полдник |                                                      | 470          | 15,2             | 14,0    | 49,6        | 407,5                         |              |                  |
| Всего за день:          |                                                      |              | 55,7             | 51,3    | 259,7       | 1 762,3                       |              |                  |
| Повар                   |                                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |