

Приложение 1

к дополнительному соглашению №2

Молоко детское

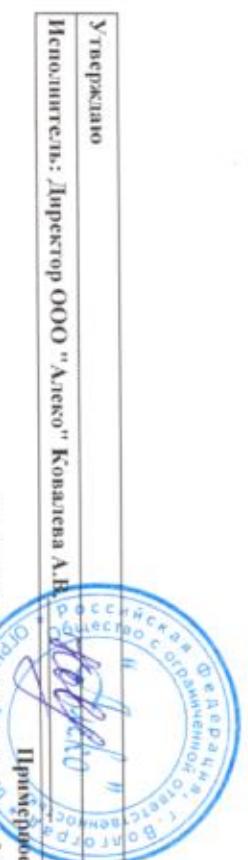
Согласовано

Исполнителем: Директор ООО "Алеко" Ковалева А.Н.

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые ценности			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ (РИСОВЫЙ)	180					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРРОД С МАСЛОМ	30/10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	420	9,7	14,4	45,8	374,7	Сборник рецептур или ТТК
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛЮКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛДОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПТОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	630	26,1	21,7	79,5	624,4	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептур или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДЬЮ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	480	16,9	16,6	64,4	487,5	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,9	92,5	
Всего за день:		63,0	61,2	273,6	1 943,8	



Утверждено
Исполнителем: Директор ООО "Алеко" Ковалева А.Н.
Приобретение 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологический документации
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (ГРУКУЛОСОВАЯ)	180/5				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИЩЕМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	25				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	400	12,1	9,2	51,2	337,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200				
Итого за прием пиши:					
2. Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ	400	1,8	1,0	38,6	174,6
СУТЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЮНЕ	60				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180				
КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПИЛОДОВ	150				
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				
Итого за прием пиши:					
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ	620	38,0	39,1	86,6	857,2
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				
КИСЕЛЬ ИЗ ГВОЗДИЛЫ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200				
Итого за прием пиши:					
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	250	4,1	3,0	58,0	274,9
Итого за прием пиши:					
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛЯНОМ СЛИВОЧНЫМ	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:					
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	457	18,0	10,9	57,0	407,3
Итого за прием пиши:					
Всего за день:					
	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	180	79,1	67,6	298,4	2 143,5

**Приимерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования**

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Принесенные вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАПЛА ЖИЛКАЯ (МАИНДАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОМИДОРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	20					Сборник рецептур или ТТК
ЯЧННОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драники и т.д.)	1					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	445	14,4	9,8	51,8	351,7	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ						
	200					Сборник рецептур или ТТК
	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
ОВОДЦЫ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептур или ТТК
БОРИЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛДОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печенья)	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	647	16,4	12,5	72,1	487,1	
Полдник						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	6,8	7,4	52,8	305,8	
Ужин						
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ, БЛГОЧКА, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ С СМЕТАННЫМ	70/30					Сборник рецептур или ТТК
КАПЛА РАССЫПЧАТАЯ С ОВОДЦАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	530	24,5	23,6	101,0	737,1	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		68,2	57,9	304,3	2 057,6	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ (ПРЕЧНОВОЙ)	180				180	Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180	Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15				40	Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200				200	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	637	12,7	13,7	63,6	440,5	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				200	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
ОВОДЫ ПО СЕЗОНУ	60				60	Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОВОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЮНЕ	180				180	Сборник рецептур или ТТК
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30				70/30	Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				130	Сборник рецептур или ТТК
КОМПЛЕКТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				200	Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	40				40	Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	730	24,7	21,2	99,3	701,6	
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50	Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ГОВЯДЫ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200				200	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГРЫЦЫ	70				70	Сборник рецептур или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				130	Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/0,7				180/0,7	Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	45				45	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	442	17,8	16,8	63,1	481,9	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				180	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:						
		65,4	59,3	310,6	2 074,8	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

5 Вариант

Прием пищи, назначование блюда	Написание вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ)	180				Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				435	13,2 11,6 73,5 457,4
СОК В АССОРТИМЕНТЕ					
	200				Сборник рецептур или ТТК
	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				1,0 0,2 19,6 83,4	
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛБОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ГЛЮВ ИЗ ГРЫЗЫ	150				Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЕРВАННЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				6,9 36,2 99,8 879,0	
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
КАКАО С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				2,50 7,7 8,2 53,7 321,1	
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ Консервированная	50				Сборник рецептур или ТТК
КОЛЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130				Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				470 16,7 15,4 69,5 506,6	
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				180 5,1 4,4 7,0 92,5	
Всего за день:				80,6 76,0 323,1 2 340,0	

Примерное 20-ти дневное меню

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

6 Вариант

Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
КАША ЖИДКАЯ (МАИНДЯ)	180					Завтрак
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107					
БАТОН	30					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					
Итого за прием пищи:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ						
Итого за прием пиши:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУТЬ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЫНЕ	50					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/50					
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ	200					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
Итого за прием пиши:	720	23,4	16,0	90,6	612,4	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОЧИДОМ	190/10					
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					
Итого за прием пиши:	452	22,8	19,0	72,3	558,7	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		68,4	52,2	284,4	1 909,5	
						Сборник рецептур или ТТК

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовом режиме функционирования

7 Барвист

Прием пищи, начинование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				Завтрак
ЯЧИНОЕ БЛЮДО (яйца вареное, омлет, драники и т.д.)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОМИДОРОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	430	18,7	24,3	32,0	426,9
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				2 Завтрак
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50				Обед
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25				Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30				Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	655	25,1	15,8	85,4	606,7
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,5	5,2	57,3	306,6
Ужин					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30				Сборник рецептур или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	480	18,7	19,7	62,9	517,0
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:					
		7,1	69,6	264,2	2 032,6

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (МАИНДАЙ)	180				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	30				Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	417	12,1	8,1	56,8	348,0
ФРУКТЫ МЯГКИЕ	200	0,8	0,8	19,0	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЫОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ГОЛУБЦЫ ПЕНИНЬВИЕ	140/50				Сборник рецептур или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЕВАНИЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	720	23,4	16,0	90,6	612,4
Полдник					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕКОМ, МЕЛОМ, ПОВИДОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	38,7	206,7
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	452	22,8	19,0	72,3	558,7
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		68,4	52,2	284,4	1 909,5

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часововой режим функционирования

9 Вариант

Прием пищи, назначование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
МОЛОКО КИЛЯЧЕНОЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	30					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРИЦИЯМИ)	10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	400	17,9	12,5	59,4	422,7	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					Сборник рецептур или ТТК
ВОРИЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬЮНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10					Сборник рецептур или ТТК
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
КАССЕЛЬ ИЗ ГРОВИДА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКИНСКИЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	640	26,9	19,9	86,8	634,7	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	38,7	206,7	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60					Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	450	31,9	21,8	70,3	632,5	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:	870	87,0	62,7	281,8	2 072,5	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
ЯЧИНОЕ БЛЮДО (яйца вареные, омлет, драники и т.д.)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:				484,8	
2 Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				83,4	
Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАНИЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПИШЕНИЧНЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				599,9	
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				311,6	
Ужин					
КОЛЛЕТЫ, БЫТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОЧИДЛОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПИШЕНИЧНЫЙ	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				579,3	
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				92,5	
Всего за день:				2 151,5	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюза	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		белки, г	жир, г	углеводы, г		
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	180					Сборник рецептур или ТТК
КОРЕЕННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛЮМ	35/10					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	405	9,9	14,1	48,1	382,2	
2 Завтрак						
ЯЙЦОКИ ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛКОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТИНЫМ	150/30					Сборник рецептур или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	670	23,9	11,8	105,8	648,7	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ГНОВИЛЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	57,3	281,3	
Ужин						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	70/50					Сборник рецептур или ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	552	19,5	20,7	69,7	556,8	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		63,3	55,4	319,8	2 098,5	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

12 Вариант

Прием пищи, начесование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологический документации
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ЖИЛКАЯ (СЕРКУЛЕСОВАЯ)	180				Сборник рецептур или ТТК
КОРЕНЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				457,4	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ					
	435	13,2	11,6	73,5	Сборник рецептур или ТТК
	200				
	200	1,0	0,2	19,6	
Итого за прием пиши:				83,4	
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУТЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЛОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				879,0	
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
КАКАО С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				321,1	
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ Консервированная	50				Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛЫВОЧНЫМ	130				Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ГЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				506,6	
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:				92,5	
Всего за день:				2 340,0	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

13 Вариант

Применение пищи, наименование блюза	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОЧИДОМ	30/5/20				Сборник рецептур или ТТК
Питого за прием пиши:					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	415	13,3	10,2	77,1	457,7
Итого за прием пиши:	200				
	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед					
ОВОЦЫ ПО СЕЗОНУ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬЮНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ТЕРФЕЛИ С СОУСОМ (пюевдина)	70/30				Сборник рецептур или ТТК
КАПУСТА ТУПЛЕНАЯ	130				Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	720	21,9	20,1	89,2	636,7
Полдник					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				Сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,7	3,3	49,7	259,0
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОЧИДОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	450	18,1	10,7	67,7	447,1
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:	64,1	48,9	310,3	1 976,4	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

14 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		белки, г	жир, г		
ИКРА КАЛАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйца вареное, омлет, драница и т.д.) ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ БАТОН	50 150 190/10 20 420	17,9 24,0 26,9	1,9 0,2 19,6	400,7	Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	1,9	0,2	19,6	83,4
ОНОДЦЫ ПО СЕЗОНУ	50				Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛДОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50				Сборник рецептур или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ЦВОЛОВ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕСЕНЧАТЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	660	20,0	17,4	71,0	533,3
Полдник					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	50 190/10				Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,2	3,9	38,7	206,7
Ужин					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50 70/30				Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ НАПИТОК ИЗ ГЛОДОВ ШИПОВНИКА ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	130 180 30				Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	490	20,4	20,4	78,2	640,9
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		68,6	70,3	241,4	1917,5

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

15 Вариант

Применение, напоминание блога	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУГОЙ (ПРЕЧЕВОЙ)	180				Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	430	13,7	11,4	52,8	369,6
2 Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУП С КРУГОЙ НА БУЛДОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ГОВИДЫ, ДЖЕМА, ВАРЕНИЯ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	630	37,0	38,1	98,2	887,2
Полдник					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	7,0	5,5	45,2	258,2
Ужин					
КОЛЛЕТЫ, БЫТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				Сборник рецептур или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	452	17,3	21,3	51,5	493,7
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		80,9	81,5	275,7	2 192,4

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

16 Вариант

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
КОРЕНЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
БАТОН	20				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
Итого за прием пищи:	455	15,2	10,9	90,5	525,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Овощи по сезону					
ЦИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	50				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	180				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЯВАННЫЙ	40				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
Итого за прием пищи:	600	19,4	17,7	53,8	455,6
Положек					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ГОВЯДЫА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
Итого за прием пищи:	250	4,2	3,9	57,3	281,3
Ужин					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДЬЮ, ПОВИДЛОМ	190/10				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
ХЛЕБ ПЛЕЧИЧНЫЙ	40				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
Итого за прием пиши:	460	18,1	11,4	54,4	400,6
2. Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур ЦНИИ ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день: ²		62,8	49,1	282,0	1 846,8

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

17 Вариант

Прием пищи, напиткование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ И ЧИСТИВКАМИ	180				Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:		405	9,8	16,2	57,0
					425,4
2 Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		200	1,0	0,2	9,6
					83,4
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5				Сборник рецептур или ТТК
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (томатна)	70/30				Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		685	21,2	24,6	93,7
					696,6
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНИЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		250	3,9	4,9	47,0
					247,9
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	45				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		452	31,7	22,6	63,2
					599,3
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		180	5,1	4,4	7,0
					92,5
Всего за день:		72,7	72,9	287,5	2 145,1

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

18 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАПУ ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОМИДОРОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	25					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	400	12,1	9,2	51,2	337,0	
2 Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	1,0	38,6	174,6	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛДОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕННЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Полдник						
БУЛОЧКА ВЕНСНУШКА	50					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	4,1	3,0	58,0	274,9	
Ужин						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30					Сборник рецептур или ТТК
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	467	14,8	18,4	45,6	427,6	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		73,9	75,1	287,0	2 163,8	

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часововой режим функционирования

19 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
ИКРА КАВАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЧНОЕ БЛЮДО (яйца вареное, омлет, драница и т.д.)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СИМВКАМИ	200				Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:		430	21,6	26,8	37,8
					484,8
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		200	1,0	0,2	19,6
					83,4
Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50				Сборник рецептур или ТТК
СУТЬ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЫОНЕ	180				Сборник рецептур или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		670	23,9	16,4	88,4
					599,9
Полдник					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50				Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ	200				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		250	6,9	7,3	54,2
					311,6
Ужин					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				Сборник рецептур или ТТК
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ)	150				Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		450	22,1	21,0	72,8
					579,3
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:		180	5,1	4,4	7,0
					92,5
Всего за день:			804,6	76,1	279,8
					2 151,5

Примерное 20-ти дневное меню
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

20 Вариант

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологический документации
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					Сборник рецептур или ТТК
КОРЕНЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БАТОН	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	430	15,2	8,1	78,5	447,5	
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛДОНЕ	180					Сборник рецептур или ТТК
КОЛЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ДЖЕМА, ВАРЕНИЯ	180					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЧАНЫЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	680	24,5	28,4	112,6	816,1	
Полдник						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	250	6,8	7,4	52,8	305,8	
Ужин						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					Сборник рецептур или ТТК
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	470	15,2	14,0	49,6	407,5	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:						
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал		
Итого за период	1 450,9	1 303,2	5 830,7	41 627,9		
Среднее значение за период	72,5	65,2	291,5	2081,4		