

Согласовано



ООО Алеко

Ковалева А.В.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

3.02.25

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 рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 1</b>								
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,4	15,0	131,6	ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,0	2,5	15,6	97,3	394	2011
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8	1	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>381,1</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №88	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №875	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
<b>Итого за обед</b>		<b>650</b>	<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>89,9</b>	<b>673,1</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		

Повар

*Садат У.В. [подпись]*

Согласовано

15.01.2025<sup>2</sup>



Утверждает ООО Алеко

Ковалева А.В.

15.01.2025<sup>2</sup>

*М.П. Детский сад №17  
Заведующий К.М. Машкина*

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

*Н.Од. 25*

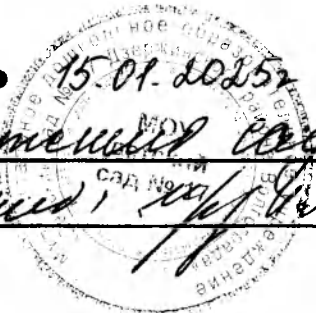
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белок, г	Жир, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 2</b>								
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	104,8	400	2011
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,7	131		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>24,7</b>	<b>25,3</b>	<b>37,9</b>	<b>485,2</b>		
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	СУП С КРУПНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК №44	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
<b>Итого за обед</b>		<b>650</b>	<b>20,8</b>	<b>17,7</b>	<b>84,9</b>	<b>590,8</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	22,0	19,0	25,3	376,7	ТТК №157, 477	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>470</b>	<b>30,5</b>	<b>24,5</b>	<b>77,0</b>	<b>668,0</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>76,6</b>	<b>68,3</b>	<b>218,8</b>	<b>1 835,2</b>		

Повар

*Сабат У.В.*

Согласовано



*Мир детства сад №17  
Заведующий, Мир Ф.М. Машамид*



Утверждаю: **ОО Алеко**  
**Новаева А.В.**

15.01.2025

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**

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

5.02.25

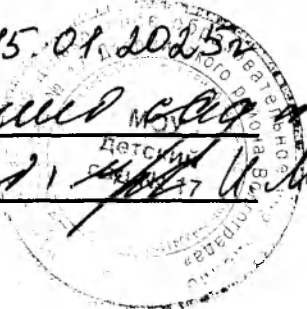
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 3</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №83	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	20	1,5	0,8	10,3	52,4		
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	5,5	5,0	0,3	68,6	213	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79	
	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	48,0		
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
<b>Итого за обед</b>		<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60	1,0	1,9	6,2	47,8	324	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0	ТТК №81, 354	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	7,0	4,8	32,0	208,5	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,8	180,9	473	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>580</b>	<b>28,5</b>	<b>28,6</b>	<b>130,6</b>	<b>896,0</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>60,3</b>	<b>49,1</b>	<b>274,1</b>	<b>1 820,2</b>		

Повар Сабат У.В

Согласовано

15.01.2025г

*МКУ детский сад №17  
Заведующий И.М. Машинин*



Утверждает **Алеко**

**Ковалева А.В.**

15.01.2025г

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

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

*6.02.25*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 4</b>								
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №108	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	363	2011
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	371	2011
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,6</b>	<b>440,6</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №85	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
<b>Итого за обед</b>		<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №82	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	382	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4		
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>500</b>	<b>22,1</b>	<b>18,8</b>	<b>94,6</b>	<b>641,0</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>60,5</b>	<b>53,9</b>	<b>277,0</b>	<b>1886,5</b>		

Повар *Сабат У.В.*

Согласовано 15.01.2025г



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

15.01.2025г

*МКУ Детскому саду №17  
Заведующая М.М. Мамашина*

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

7.02.25

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			
<b>Неделя 1</b>								
<b>Вариант 5</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,8	ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	395	2011
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	2	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,6</b>	<b>457,4</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	20	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,3	2,1	13,9	85,2	ТТК №87	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1	0,0	25,7	102,6	383	2011
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0		
<b>Итого за обед</b>		<b>610</b>	<b>35,4</b>	<b>36,1</b>	<b>90,1</b>	<b>833,0</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5		
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	ТТК №77	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	125	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>68,5</b>	<b>506,6</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1 880,4</b>		

Повар

*Сабит У.В. Шеф*