



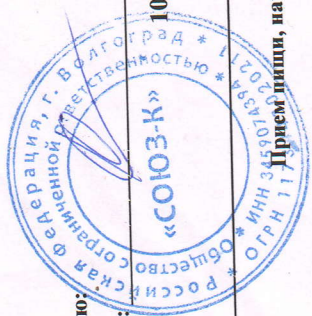
УТВЕРЖДАЮ:  
Директор:



СОГЛАСОВАНО:  
Директор:

10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным питанием  
детей дошкольного возраста 3-7 лет





Утверждаю:  
Директор:

Согласовано:  
Директор:

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

1 день

1 день

Инн 3450716300  
ОГРН 1113450716300

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая  
ценность, ккал

№ репеч-туры

Сборник  
рецептур

|                                                                                                                        |     |      |      |       |         |                 |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|-----------------|------|
| Завтрак                                                                                                                |     |      |      |       |         |                 |      |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168                                                                               | 200 | 9,0  | 13,0 | 40,0  | 318,0   | 168             | 2011 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                        | 180 | 3,0  | 2,5  | 15,5  | 95,6    | 395             | 2011 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 10  | 0,1  | 7,3  | 0,1   | 74,8    | 6               | 2011 |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30  | 2,3  | 0,9  | 15,4  | 78,6    | ТТК №5          |      |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 420 | 14,4 | 23,7 | 71,0  | 567,0   |                 |      |
| II Завтрак                                                                                                             |     |      |      |       |         |                 |      |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                                            | 100 | 0,4  | 0,4  | 9,5   | 45,6    | 368             | 2011 |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100 | 0,4  | 0,4  | 9,5   | 45,6    |                 |      |
| Обед                                                                                                                   |     |      |      |       |         |                 |      |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50  | 0,8  | 0,1  | 4,4   | 21,4    | ТТК № 1,2,3,4,5 |      |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67                                                                                  | 200 | 2,5  | 5,0  | 8,2   | 81,6    | 67              | 2011 |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ № 277                                                                                              | 80  | 7,6  | 9,2  | 6,0   | 140,7   | 277             | 2011 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 150 | 8,4  | 6,3  | 38,3  | 248,8   | 165             | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                     | 190 | 0,1  | 0,0  | 14,3  | 57,0    | 392             | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ*                                                                                                        | 30  | 2,3  | 0,2  | 15,1  | 71,0    | ТТК №6          |      |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30  | 2,0  | 0,3  | 12,7  | 61,2    | ТТК №7          |      |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 730 | 23,7 | 21,1 | 99,0  | 681,7   |                 |      |
| Полдник                                                                                                                |     |      |      |       |         |                 |      |
| ВАФЛИ                                                                                                                  | 50  | 1,4  | 1,7  | 38,7  | 177,0   | ТТК № 10        |      |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                                                     | 180 | 0,2  | 0,0  | 13,7  | 55,8    | 393             | 2011 |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 230 | 1,6  | 1,7  | 52,4  | 232,8   |                 |      |
| Всего за день:                                                                                                         |     | 40,1 | 46,9 | 231,9 | 1 527,1 |                 |      |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_

«СОЮЗ-К»  
 Российская Федерация, г. Волгоград  
 Общество с ограниченной ответственностью  
 \* ОгРН 1173444444444

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_

«Новосимбирская»  
 Учреждение  
 общедоступное

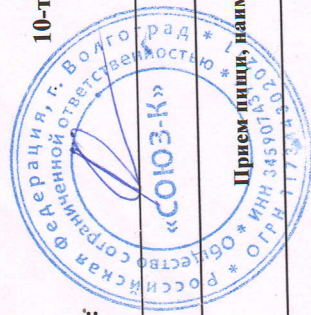
2 день

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-----------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                 |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175                                                                       | 200          | 5,4              | 5,6     | 43,2        | 244,0                         | 175             | 2011             |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3                                                                                                   | 30/5/10      | 4,4              | 6,7     | 14,6        | 141,6                         | 3               | 2011             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                     | 190          | 0,1              | 0,0     | 14,3        | 57,0                          | 392             | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 435          | 9,9              | 12,3    | 72,0        | 442,6                         |                 |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          | 399             | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          |                 |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                          | ТТК № 1,2,3,4,5 |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77                                                                                                   | 200          | 1,9              | 2,3     | 15,7        | 91,1                          | 77              | 2011             |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289                                                                                                     | 150          | 9,6              | 9,5     | 14,9        | 207,3                         | 289             | 2011             |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                            | 180          | 1,3              | 0,0     | 29,0        | 117,0                         | 247             | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          | ТТК №6          |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          | ТТК №7          |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 640          | 17,9             | 12,4    | 91,8        | 569,0                         |                 |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                                | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         | ТТК № 9         | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                                                                           | 200          | 0,2              | 0,2     | 23,2        | 95,6                          | 372             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 250          | 4,0              | 5,1     | 60,4        | 304,1                         |                 |                  |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 32,6             | 29,9    | 238,9       | 1 378,3                       |                 |                  |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет



Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_  
 3 день

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_

3 день

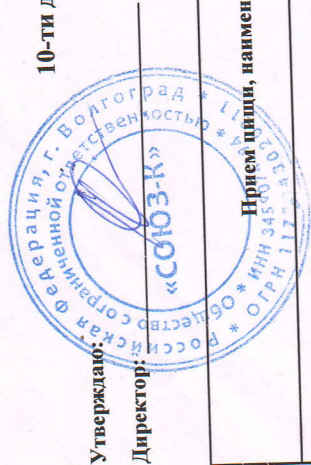
«СОЮЗ-Н»  
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
ИНН 3459074350  
ОГРН 1173449402

Прием пищи, наименование блюда

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |                               |              |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174                                                                                      | 200          | 5,7              | 9,8     | 41,2                          | 284,5        | 174              |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0                           | 37,4         | 6                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                                                     | 180          | 0,2              | 0,0     | 13,7                          | 55,8         | 393              |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4                          | 78,6         | ТТК №5           |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 415          | 8,2              | 14,3    | 70,3                          | 456,3        |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7                          | 62,6         | 399              |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7                          | 62,6         |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4                           | 21,4         | ТТК № 1,2,3,4,5  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80                                                                                  | 200          | 1,8              | 2,3     | 13,5                          | 81,8         | 80               |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455                                                              | 70           | 9,0              | 11,6    | 9,1                           | 179,6        | 455              |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                                                                              | 130          | 4,9              | 7,9     | 29,6                          | 211,9        | 205              |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                     | 190          | 0,1              | 0,0     | 14,3                          | 57,0         | 392              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ*                                                                                                        | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1                          | 71,0         | ТТК №6           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7                          | 61,2         | ТТК №7           |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 700          | 20,9             | 22,4    | 98,7                          | 683,9        |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |                               |              |                  |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                                                                                                | 50           | 3,3              | 0,2     | 27,2                          | 117,4        | 2                |
| КАКАО С МОЛОКОМ №397                                                                                                   | 200          | 4,1              | 3,6     | 17,4                          | 118,8        | 397              |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 250          | 7,4              | 3,8     | 44,6                          | 236,2        |                  |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 37,3             | 40,7    | 228,3                         | 1 439,0      |                  |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет



Согласовано:

Директор:

4 день

4 день

| Принем пищи, наименование блюда                                                                                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергети-ческая<br>ценность, ккал | № рецен-туры    | Сборник<br>рецен-тур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                   |                 |                      |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                   |                 |                      |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                        | 200          | 6,1              | 2,9     | 31,0        | 173,8                             | 185             | 2011                 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                           | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                              | 395             | 2011                 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                       | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0         | 37,4                              | 6               | 2011                 |
| БАТОН №5                                                                                                                  | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                              | ТТК №5          |                      |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 415          | 11,4             | 9,9     | 61,9        | 385,4                             |                 |                      |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                   |                 |                      |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371                                                                                             | 100          | 0,9              | 0,2     | 7,9         | 41,7                              | 371             | 2011                 |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,9              | 0,2     | 7,9         | 41,7                              |                 |                      |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                   |                 |                      |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                              | ТТК № 1,2,3,4,5 |                      |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57                                                                                          | 200          | 1,5              | 4,0     | 10,0        | 82,5                              | 57              | 2011                 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304                                                                                                        | 150          | 25,4             | 27,3    | 25,3        | 454,3                             | 304             | 2011                 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                                            | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                              | 376             | 2011                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                            | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                              | ТТК №6          |                      |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                               | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                              | ТТК №7          |                      |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 640          | 32,0             | 31,9    | 81,5        | 746,2                             |                 |                      |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                   |                 |                      |
| ВАФЛИ                                                                                                                     | 50           | 1,4              | 1,7     | 38,7        | 177,0                             | ТТК № 10        | 2011                 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №394                                                                                                        | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,6                              | 394             |                      |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 250          | 4,4              | 4,2     | 54,3        | 274,6                             |                 |                      |
| Всего за день:                                                                                                            |              | 48,7             | 46,2    | 205,6       | 1 447,9                           |                 |                      |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет



Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

5 день

5 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Питательные вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г             | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                 |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                      |         |             |                                  |                 |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93                                                                                  | 200          | 5,8                  | 5,1     | 19,7        | 149,9                            | 93              | 2011                |
|                                                                                                                           | 30/5/10      | 4,4                  | 6,7     | 14,6        | 141,6                            | 3               | 2011                |
|                                                                                                                           | 190          | 0,1                  | 0,0     | 14,3        | 57,0                             | 392             | 2011                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                        | 435          | 10,3                 | 11,8    | 48,6        | 348,5                            |                 |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                      |         |             |                                  |                 |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 150          | 0,8                  | 0,2     | 14,7        | 62,6                             | 399             | 2011                |
|                                                                                                                           | 150          | 0,8                  | 0,2     | 14,7        | 62,6                             |                 |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                      |         |             |                                  |                 |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8                  | 0,1     | 4,4         | 21,4                             | ТТК № 1,2,3,4,5 |                     |
|                                                                                                                           | 200          | 1,5                  | 3,0     | 8,8         | 71,7                             | 135             | 2004                |
|                                                                                                                           | 150          | 9,6                  | 9,5     | 14,9        | 207,3                            | 289             | 2011                |
|                                                                                                                           | 180          | 1,3                  | 0,0     | 29,0        | 117,0                            | 247             | 2011                |
|                                                                                                                           | 30           | 2,3                  | 0,2     | 15,1        | 71,0                             | ТТК №6          |                     |
|                                                                                                                           | 30           | 2,0                  | 0,3     | 12,7        | 61,2                             | ТТК №7          |                     |
|                                                                                                                           | 640          | 17,5                 | 13,1    | 84,9        | 549,6                            |                 |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                      |         |             |                                  |                 |                     |
| ПРЯНИК                                                                                                                    | 50           | 3,0                  | 2,4     | 37,5        | 183,0                            | ТТК № 8         | 2011                |
|                                                                                                                           | 200          | 4,1                  | 3,6     | 17,4        | 118,8                            | 397             | 2016                |
|                                                                                                                           | 250          | 7,1                  | 6,0     | 54,9        | 301,8                            |                 |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      |              | 35,7                 | 31,1    | 203,0       | 1 262,5                          |                 |                     |
| Всего за день:                                                                                                            |              |                      |         |             |                                  |                 |                     |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано:

Утверждаю:

Директор:

Директор:

6 день

6 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-----------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                 |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 200          | 6,1              | 2,9     | 31,0        | 173,8                         | 185             | 2011             |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0         | 37,4                          | 6               | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                        | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                          | 395             | 2011             |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          | ТТК №5          |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 415          | 11,4             | 9,9     | 61,9        | 385,4                         |                 |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          | 399             | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                          |                 |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                          | ТТК № 1,2,3,4,5 |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67                                                                                  | 200          | 2,5              | 5,0     | 8,2         | 81,6                          | 67              | 2011             |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390                                                                                     | 80           | 10,3             | 5,6     | 5,2         | 105,7                         | 390             | 2004             |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125                                                                                                | 130          | 3,5              | 4,5     | 22,9        | 132,3                         | 125             | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                                         | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376             | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          | ТТК №6          |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          | ТТК №7          |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 700          | 21,4             | 15,7    | 82,5        | 529,0                         |                 |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                                | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         | ТТК № 9         | 2011             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                     | 190          | 0,1              | 0,0     | 14,3        | 57,0                          | 392             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 240          | 3,9              | 4,9     | 51,5        | 265,5                         |                 |                  |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 37,5             | 30,7    | 210,6       | 1 242,5                       |                 |                  |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

7 день

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-----------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                 |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174                                                                                      | 200          | 5,7              | 9,8     | 41,2        | 284,5                         | 174             | 2011             |
| КАКАО С МОЛОКОМ №397                                                                                                   | 200          | 3,9              | 3,3     | 16,7        | 113,2                         | 397             | 2011             |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 10           | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74,8                          | 6               | 2011             |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          | ТТК №5          |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 440          | 12,0             | 21,3    | 73,4        | 551,1                         |                 |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                                            | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                          | 368             | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                          |                 |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                          | ТТК № 1,2,3,4,5 |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82                                                                           | 200          | 2,3              | 2,2     | 16,2        | 94,4                          | 82              | 2011             |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305                                                                                         | 70           | 11,5             | 11,6    | 11,5        | 197,7                         | 305             | 2011             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 150          | 8,4              | 6,3     | 38,3        | 248,8                         | 165             | 2011             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                                                     | 180          | 0,2              | 0,0     | 13,7        | 55,8                          | 393             | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          | ТТК №6          |                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                          | ТТК №7          |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 710          | 27,5             | 20,7    | 111,9       | 750,3                         |                 |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |                 |                  |
| ВАФЛИ                                                                                                                  | 50           | 1,4              | 1,7     | 38,7        | 177,0                         | ТТК № 10        | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376                                                                                  | 180          | 0,4              | 0,1     | 25,4        | 104,9                         | 376             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 250          | 1,8              | 1,8     | 64,1        | 281,9                         |                 |                  |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 41,7             | 44,2    | 258,9       | 1 628,9                       |                 |                  |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

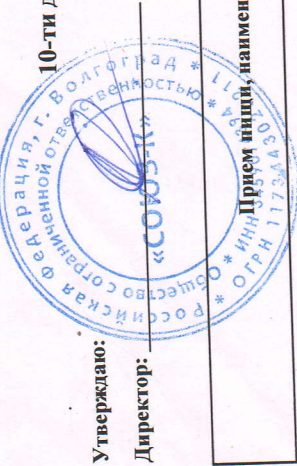
Согласовано:

Директор:

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                 |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175                                                                          | 200          | 5,8              | 6,7     | 36,7        | 236,3                            | 175             | 2011                |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7                                                                                                         | 10           | 2,2              | 2,9     | 0,0         | 35,3                             | 7               | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                           | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                             | 395             | 2011                |
| БАТОН №5                                                                                                                  | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                             | ТТК №5          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 420          | 13,3             | 13,0    | 67,6        | 445,8                            |                 |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                             | 399             | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                             |                 |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                             | ТТК № 1,2,3,4,5 |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77                                                                                                      | 200          | 1,9              | 2,3     | 15,7        | 91,1                             | 77              | 2011                |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287                                                                                           | 70           | 9,1              | 10,3    | 8,4         | 166,0                            | 287             | 2011                |
| СОУС ТОМАТНЫЙ №348                                                                                                        | 30           | 0,4              | 1,4     | 2,0         | 24,5                             | 348             | 2011                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205                                                                                 | 130          | 4,9              | 7,9     | 29,6        | 211,9                            | 205             | 2011                |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                               | 180          | 1,3              | 0,0     | 29,0        | 117,0                            | 247             | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                            | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                             | ТТК №6          |                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                               | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                             | ТТК №7          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 720          | 22,7             | 22,5    | 116,9       | 764,1                            |                 |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392                                                                                                        | 190          | 0,1              | 0,0     | 14,3        | 57,0                             | 392             | 2011                |
| ПРЯНИК                                                                                                                    | 50           | 3,0              | 2,4     | 37,5        | 183,0                            | ТТК № 8         | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 240          | 3,1              | 2,4     | 51,8        | 240,0                            |                 |                     |
| Всего за день:                                                                                                            |              | 39,9             | 38,1    | 251,0       | 1 512,5                          |                 |                     |





10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Директор: \_\_\_\_\_

9 день

9 день

«СОВЕТСКИЙ РАЙОН»

ОГРН 1173443090300

ИНН 77-07-00000

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

ИП

И



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет**

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

10 день

10 день

| Прим. пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                 |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                        | 200          | 6,1              | 2,9     | 31,0        | 173,8                            | 185             | 2011                |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                       | 10           | 0,1              | 7,3     | 0,1         | 74,8                             | 6               | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                           | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                             | 395             | 2011                |
| БАТОН №5                                                                                                                  | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                             | ТТК №5          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 420          | 11,5             | 13,6    | 62,0        | 422,8                            |                 |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                             | 399             | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 62,6                             |                 |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                             | ТТК № 1,2,3,4,5 |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57                                                                                          | 200          | 1,5              | 4,0     | 10,0        | 82,5                             | 57              | 2011                |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390                                                                                        | 80           | 10,3             | 5,6     | 5,2         | 105,7                            | 390             | 2004                |
| РИС ОТВАРНОЙ № 304                                                                                                        | 130          | 3,3              | 4,7     | 33,7        | 190,1                            | 304             |                     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                                                                        | 180          | 0,2              | 0,0     | 13,7        | 55,8                             | 393             | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *                                                                                                          | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                             | ТТК №6          |                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                               | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                             | ТТК №7          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 700          | 20,4             | 14,9    | 94,8        | 587,7                            |                 |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                                   | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                            | ТТК № 9         | 2016                |
| КАКАО С МОЛОКОМ №397                                                                                                      | 200          | 4,1              | 3,6     | 17,4        | 118,8                            | 397             |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 250          | 7,9              | 8,5     | 54,6        | 327,3                            |                 |                     |
| Всего за день:                                                                                                            |              | 40,6             | 37,2    | 226,1       | 1 400,4                          |                 |                     |



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

|                            |       |       |         |          |
|----------------------------|-------|-------|---------|----------|
| Итого                      | б     | ж     | уг      | ккал     |
| Итого за период            | 402,6 | 390,5 | 2 262,4 | 14 287,4 |
| Среднее значение за период | 40,3  | 39,1  | 226,2   | 1428,7   |

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.