



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С.И. Красникова**  
 М.П.

**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор: **М.П.**



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 вариант День 1 вариант	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ)	180					ТТК №107
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10					
Итого за завтрак		420	9,7	14,4	45,8	361,1	1
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180					399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					20
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					
	ПЮРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ	130					
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
Итого за обед		670	21,2	20,4	89,7	634,8	
Полдник	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					ТТК №7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
Итого за Полдник		450	25,8	20,9	79,4	612,4	467
Всего за день:			57,6	55,9	232,6	1 683,4	

Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Исполнитель: **С. И. Красникова**  
 Заведующий: **С. И. Красникова**  
 Подпись: \_\_\_\_\_  
 М.П. № 7



**СТРАЖИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

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

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
Директор



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 вариант День 2 вариант	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					ТТК №72
		200					
		30					
Итого за завтрак		380	23,2	24,7	27,6	432,8	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	388
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					33
		180					
		140/30					
		180					
		50					
Итого за обед		20	20,0	17,6	84,9	586,6	
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	180					ТТК №157
		60					
		200					
		40					
Итого за Полдник		450	28,1	21,6	61,9	571,7	
Всего за день:			72,1	64,7	193,4	1 882,3	



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Дзержинск  
 Заведующий: **С.И. Красникова**  
 М.П.

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



Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор

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

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 вариант День 3 вариант	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180				ТТК №83	
		КАКАО С МОЛОКОМ	180				397	
		БАТОН	20					
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45				213	
	Итого за завтрак	425	19,8	13,4	69,7	479,2		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180					399	
	Итого за 2 завтрак	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50					
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10				ТТК №28	
		КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				ТТК №61	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЦАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130				166	
		СОУС СМЕТАННЫЙ	30				354	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
		Итого за обед	707	24,1	23,1	82,5	652,5	
	Полдник		ПУРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	50				324
		ФРИКАДЕЛЬКИ "ЯКУСНЯШКА"	140				ТТК № 32	
		СОУС МОЛОЧНЫЙ	50				350	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				372	
	Итого за полдник	425						

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022



Заказчик:  
Заведующий

Исполнитель:  
Директор

**ПРЕДМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**



Итого за Подлник	465	24,8	33,6	71,1
Всего за День:	69,6	70,3	241,0	1 898,4



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **Красникова И.С.**  
 М.п.

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор



**СТРУКТУРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Неделя 1 вариант День 4 вариант	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180				ТТК №106			
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					394		
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					3		
	Итого за завтрак	420	14,4	15,2	48,6	395,2				
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					368			
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	60				ТТК №47			
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180					ТТК №67		
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150						376	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	200							
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20							
		Итого за обед	20							
		630	33,8	35,1	66,7	722,8				
Полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	150				ТТК №150			
		КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА	50					351		
		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	200					401		
		Итого за Полдник	50					473		
		450	21,3	19,6	75,9	577,3				
Всего за день:			70,3	70,7	210,2	1786,5				

Заказчик: МОУ Центр развития ребенка № 7  
 Заведующий: *В.И. Красникова*  
 ред. М.г. № 7



Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор *М.П.*



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
*Зима-Осень*  
 для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Примем пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 вариант День 5 вариант	КАША ЖИДКАЯ (ТЕРГУЛЕСОВАЯ)	180					ТТК №104
		200					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	30,5/20					395
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	435	13,2	11,6	73,5	457,4	2
Итого за завтрак							
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180					399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					20
		180					
		150					
		180					
		50					
		20					
Итого за обед		630	25,8	21,7	90,6	667,2	
Полдник	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
		70/5					
		130					
		180					
		40					
Итого за Полдник		475	17,5	15,3	83,3	564,1	
Всего за день:			57,4	48,8	265,1	1763,8	

Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Введующий: *Ирина Владимировна Красникова*  
 Реб.М.ка № 7



Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор



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

*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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 2 вариант</b> <b>День 6 вариант</b>	<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180				
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180				ТТК №83
		БАТОН	30				400
		СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10				7
	<b>Итого за завтрак</b>	400	16,9	12,5	55,1	400,6	
<b>2 Завтрак</b>	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ	110					
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	110	0,7	0,5	31,9	137,0	388
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/20/10					ТТК №201
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50					ТТК №75
	КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
	<b>Итого за обед</b>	770	22,7	18,5	87,0	621,8	
<b>Полдник</b>	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70					ТТК №73
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					321
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75					
	<b>Итого за Полдник</b>	492	20,7	11,2	93,0	566,2	458
	<b>Всего за день:</b>		61,0	42,7	267,4	1726,1	



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С.И. Красникова**  
 М.п.

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

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор **М.п.**



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

Прем пищи	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 вариант День 7 вариант	Икра кабачковая консервированная	50					
		150					ТТК №72
		190/10					392
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	30					
	Батон	30					
Итого за завтрак		430	18,6	24,2	32,0	425,8	
2. Завтрак	Сок яблочно-виноградный	180					
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	399
Обед	Помидоры соленные	50					
		180/25					ТТК №202
		150					ТТК №64
		30					348
		180					372
		40					
Итого за обед		655	25,2	15,7	84,7	600,7	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	150					ТТК №152
		50					350
		200					394
		30					
		20					
Итого за полдник		450	25,9	23,2	85,3	660,7	
Всего за день:			70,5	63,4	220,2	1766,2	





Заказчик: **НОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С.И. Красникова**  
 М.П. № 7

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор



**ПЕРИМЕТРИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прим пищи	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	КАШЛА ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5					ТТК №104
	КАКАО С МОЛОКОМ	180					
	БАТОН	20					
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45					
Итого за завтрак		430	18,4	14,1	54,6	420,5	213
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0		368
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛКОУЧАНОЙ КАПУСТЫ	50					20
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/5					
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/30					
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
Итого за обед		682	16,7	23,3	59,1	530,8	
Полдник	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА"	120					ТТК № 59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50					
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					
Итого за Полдник		450	24,9	31,1	92,7	767,8	478
Всего за день:			60,8	69,3	225,4	1 810,3	



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С. И. Красникова**  
 М.П. М.П.  
 Российская № 7

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

**ДИЕТМЕДИЦИНСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Исполнитель:  
 Директор \_\_\_\_\_



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180						
	БАТОН	30						
	СЫР (ГОРЦИЯМИ)	10						
Итого за завтрак		400	17,9	12,5	59,4	422,7	7	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180					399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					33	
	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180						
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150/5						ТТК №28
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50						383
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20							
Итого за обед		635	26,6	18,4	86,7	648,4		
Полдник	ДЯДШЕННИК С ТВОРОГОМ	150					ТТК №154	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50						
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАЦА, РЯЖЕНКА	200						351
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					401		
Итого за Полдник		450	24,1	18,5	74,0		568,2	
Всего за день:			69,5	49,6	237,8	1714,4	467	



Заказчик  
Заведующий  
М.П. И.П. И.П.



Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
Директор



МОУ Центр развития ребенка № 7

**ПЕРИМЕТРИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

*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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак Неделя 3 вариант День 11 вариант	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РИСОВОЙ)	180					ТТК №107
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10					
Итого за завтрак		405	9,9	14,1	48,1		368,6
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					368
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50					ТТК №87 ТТК №64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180					
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	150					
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30					
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
Итого за обед		670	23,7	11,9	105,3		644,3
Полдник	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50					54 ТТК № 33 355 393
	БИТОЧКИ "КУЛИНА ЗАБАВА"	70					
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					
Итого за Полдник		50					467
Итого за день:		452	17,6	24,1	74,4		594,0
			51,9	51,0	247,3		1702,0



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С. И. Красникова**  
 Ребенка № 7

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор



**ПЕРИОДИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180/5					ТТК №83
		45				213	
		180					
		20				400	
Итого за завтрак		430	19,3	14,2	49,8	404,7	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					388
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50					33
		180				ТТК №47	
		70					
		130				ТТК №61	
		180					
		50				166	
Итого за обед		660	24,0	23,3	100,3	715,9	383
Полдник	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	150					ТТК №153
		50				351	
		200					
		30				401	
		20					
Итого за Полдник		450	15,9	13,4	85,2	534,3	
Всего за день:			59,9	51,4	287,2	1791,9	



Заказчик: **МОО Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **С. И. Красникова**

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

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

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 вариант День 13 вариант	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180				ТТК №105	
		180					
		30/5/20					
Итого за завтрак		415	13,3	10,2	77,1	457,7	2
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180					399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50					
		180					
		70/30					
		130					
		180					
		50					
Итого за обед		720	21,2	20,0	88,3	629,9	
Полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				ТТК №74	
		150					
		190/10					
		30					
		50					
Итого за Полдник		500	20,9	16,8	73,1	538,3	478
Всего за день:		56,3	47,2	256,6	1 695,5		



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий: **Родина С. И. Красникова**  
 Адрес: **Республика М.п.г. 7**

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор \_\_\_\_\_ М.П. \_\_\_\_\_



**ПРИЛОЖЕНИЕ № 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 вариант День 14 вариант	Икра кабачковая консервированная	50					
		150					ТТК №155
		200					397
		20					
Итого за завтрак		420	13,7	17,7	60,2	460,7	
2 Завтрак	Сок яблочно-виноградный	180					399
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед	Помидоры соленные	50					
		180					ТТК №28/1
		150					ТТК №7
		180					372
		20					
		20					
		20					
Итого за обед		600	23,4	20,8	64,9	546,7	
Полдник	Фрикадельки "вкусняшка"	140					ТТК № 32
		50					355
		180					398
		30					
		50					467
Итого за Полдник		450	27,5	35,2	85,3	795,4	
Всего за день:		65,5	73,9	228,1	1 867,9		

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
Заведующий: **Г. И. Красникова**



Исполнитель:  
Директор \_\_\_\_\_



**ПРЕДУМЕЯНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

*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	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 3 вариант</b> <b>День 15 вариант</b>	<b>Завтрак</b> СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЕЧНЕВОЙ)	180					ТТК №106	
		10						7
		200						395
		40						
<b>Итого за завтрак</b>		430	13,6	11,3	52,8	368,5		
<b>2. Завтрак</b>	<b>ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ</b>	110					388	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		110	0,7	0,5	31,9	137,0		
<b>Обед</b>	<b>ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ</b>	50					ТТК №44/1	
		180						ТТК №66
		150						
		180						383
		50						
		20						
<b>Итого за обед</b>		630	22,5	20,5	88,1	629,6		
<b>Полдник</b>	<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>	140/30					ТТК №75	
		180/10/7						393
		30						
		50						478
<b>Итого за Полдник</b>		447	18,8	17,8	63,9	499,2		
<b>Всего за день:</b>			55,6	50,1	236,7	1 634,3		



Заказчик  
 Заведующий Светлана Се И Красникова  
 и.п.



МОУ Центр развития ребенка № 7

**УТРАЧЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор \_\_\_\_\_



**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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4 вариант День 16 вариант	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180				ТТК №106
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				2
		БАТОН	20				
Итого за завтрак		455	12,2	11,5	69,9	437,5	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					368
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50				
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КИС	180				ТТК №47/1
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				ТТК №67
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				376
		ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40				
Итого за обед		600	33,9	35,3	63,5	712,7	
Полдник		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				ТТК №74
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150				344
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				467
Итого за Полдник		510	21,9	16,6	76,8	558,6	
Всего за день:			68,8	64,2	229,6	1 800,5	

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
Директор \_\_\_\_\_

М.П.

*И.А. Давыдов*  
И.А. Давыдов

**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

*Зима-Осень*

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



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
Заведующий: *И.А. Давыдов*  
И.А. Давыдов  
№ 7

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 вариант День 17 вариант	Суп молочный с крутой (рисовой)	180					ТТК №107	
		180						394
		30/5/10				3		
Итого за завтрак		405	11,4	13,4	43,6		347,2	
2 Завтрак	сок яблочно-виноградный	180					399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					20	
		180/5						ТТК №200
		70/30				ТТК №60		
		130						205
		180				383		
		40						
Итого за обед		685	21,2	24,6	93,7	695,4		
Полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150					ТТК №151	
		60				350		
		200						401
		40						
Итого за Полдник		450	36,7	27,3	58,4	646,3		
Всего за день:			70,2	65,5	213,4	1764,0		



Заказчик: МОУ Центр развития ребенка № 7  
 Заведующий: *С.И. Крастинкова*  
 Р.З.В./М.П. Ребенка № 7

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022  
 Исполнитель:  
 Директор \_\_\_\_\_ М.П.

**СТРУКТУРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**  
**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	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 вариант День 18 вариант	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5				ТТК №104	
		КАКАО С МОЛОКОМ	180					397
		СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10					7
Итого за завтрак	БАТОН	25						
2 Завтрак		400	15,6	12,2	56,4	399,5		
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	180					368	
		180	0,7	0,7	17,1	82,1		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50						
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	180				ТТК №87	
		ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/30				ТТК №65	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130				166	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				372	
		ХЛЕБ РУКАНОЙ	30					
Итого за обед		670	24,2	21,3	91,5	669,7		
Полдник	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА"	70					ТТК № 33	
		ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					321
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					398
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
		БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50					478
Итого за Полдник		450	17,7	25,5	87,2	664,5		
Всего за день:			58,2	59,7	252,2	1 815,8		

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
Директор \_\_\_\_\_

М.П.

**ДИЕТИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Зима-Осень**

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



Принем пищи	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 вариант День 19 вариант	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					ТТК №85	
		180/10/7						393
		40/5/15						3
Итого за завтрак		437	11,8	12,4	47,0	355,1		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180					399	
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50						
		180					ТТК №44	
		70					ТТК №61	
		130					344	
		180					376	
		40						
		20						
Итого за обед		670	20,1	19,3	77,3	577,4		
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150					ТТК №156	
		50						350
		200						400
		50						
Итого за Полдник		450	33,7	24,9	73,3	665,3		
Всего за день:			66,5	56,8	215,7	1 673,4		



Заказчик: **МОУ Центр развития ребенка № 7**  
 Заведующий **С.И. Красникова**  
 М.П.

Приложение  
 к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
 Директор \_\_\_\_\_

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

**Зима-Осень**

**ПРИБЛИЖЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 4 вариант День 20 вариант	За завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				ТТК №105
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395
		БАТОН	50				
Итого за завтрак		400	13,9	7,4	72,1	410,5	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					368
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед	Икра кабачковая консервированная	50					
	Борщ с капустой и картофелем	180					ТТК №28
	Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	150					ТТК №79
	Соус молочный	50					350
	Кисель из повидла, джема, варенья	180					383
	Хлеб ржаной	40					
	Хлеб пшеничный	30					
Итого за обед		680	18,3	18,2	99,2	649,9	
Полдник	Помидоры соленые	50					
	Сыченики "Рябушка"	120					ТТК № 34
	Соус сметанный с томатом	50					355
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10					392
	Хлеб пшеничный	30					
Итого за Полдник	Печенье	30					
Итого за день:		480	22,4	28,2	70,6	630,4	
			55,3	54,7	281,4	1 785,9	





Заказчик: МОУ Центр развития ребенка № 7  
Заведующий С. И. Красникова С. И. Красникова

Приложение  
к соглашению от 04.04.2022

Исполнитель:  
Директор \_\_\_\_\_

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

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

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

	Итого	6	ж	лг	ккал
Итого за период	1 264,5	1 170,5	4 711,6	35 039,5	
Среднее значение за период	63,2	58,5	235,6	1752,0	

