

Приложение к договору № 1 от "12" января 2026г. на оказание услуг по организации питания детей (к основному двухнедельному меню, утвержденному "12" января 2026г.)

Основное двухнедельное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (сад) в дошкольных образовательных организациях с дневным пребыванием 12 часов

С 01.01.2026г. установлены нормативы расходов на питание детей с дневным пребыванием 12 часов в дошкольной организации (на одного ребенка в день) в возрасте от 3 до 7 лет (САД): **137-68** руб.

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико-технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания ("Хлебпродинформ", Москва 1996г) под редакцией Ф.Л.Марчука.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2011 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2012 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

Меню разработано в соответствии с допустимыми отклонениями от химического состава ($\pm 5\%$), при этом средний показатель за неделю соответствует норме 90% (п. 8.1.2.3., Приложение № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20, таблица 1). Объемы порций и суммарные объемы блюд соответствуют возрастной группе (Приложение № 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20, таблица 1 и 3).

Меню разработано с организацией "уплотненного" полдника. Распределение в процентном отношении пищевых веществ и энергии составляет: завтрак - 20%; второй завтрак - 5%; обед - 35%; уплотненный полдник - 30% от суточной нормы.

В СанПиН 2.3/2.4.3590-20 не указано, в какой прием пищи необходимо включать закуску/овощи. Поэтому в предложенном меню в одном варианте закуска/овощи включены в уплотненный полдник, а не в обед (ДЕНЬ 5). При этом в обеде объемы порций и суммарные объемы блюд соблюдены.

Для разнообразия ассортимента, в 4-том и в 8-мом днях предложено по два варианта уплотненного полдника.

Предложенные дополнительные варианты уплотненных полдников можно либо чередовать по понедельно, либо выбирать из них тот вариант, который пользуется большим спросом у детей.

ДЕНЬ 1

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эп. Ценность (ккал) |
|-------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 97/04 | Сыр (порциями) | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36 |
| ТТК № 60 | Макаронные изделия отварные с сахаром | 160/8 | 5,6 | 8,7 | 34,4 | 247 |
| 393/11 | Чай с лимоном | 200/11/7 | 0,13 | 0,02 | 11,2 | 45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 52 |
| | ИТОГО: | | 10,13 | 12,62 | 54,3 | 380 |
| | Суммарный объем завтрака: | 405 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 171 | Напиток витаминный из шиповника | 100 | 0,4 | 0,1 | 12,1 | 50 |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|----------|--|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 57/11 | Борщ с капустой и картофелем * | 180 | 1,4 | 3,1 | 7,2 | 63 |
| ТТК № 96 | Плов из мяса птицы | 200 | 12,2 | 16,2 | 34 | 332 |
| г.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашеные, консервированные) | 50 | 0,1 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | | 19,9 | 21,7 | 95,6 | 655 |
| | Суммарный объем обеда: | 670 | | | | |

Уплотненный полдник

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|---|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/10 | 7,4 | 12,4 | 30,6 | 270 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| ТТК № 148 | Вагрушка королевская | 60 | 7,1 | 8,5 | 21 | 151 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 17,76 | 22,32 | 74,7 | 539 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 480 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 48,19 | 56,74 | 236,7 | 1624 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

* Для разнообразия ассортимента первых блюд допускается вместо Борща с капустой и картофелем готовить Свекольник (ТТК № 36):

| | | | | | | |
|----------|------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 36 | Свекольник | 180 | 1,4 | 3,8 | 12,2 | 88 |
|----------|------------|-----|-----|-----|------|----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 2

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|--|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным | 200/10 | 7,3 | 13,2 | 27,8 | 256 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 10,56 | 14,62 | 50,9 | 374 |
| | Суммарный объем завтрака: | 420 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|
| 399/11 | Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами) | 100 | 0,5 | 0 | 10,7 | 55 |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 81/11 | Суп картофельный с горохом | 180 | 4,5 | 4 | 16 | 121 |
| ТТК № 146 | Рыбные шарики в томатном соусе | 75 | 6 | 8,3 | 5,5 | 88 |
| 520-III/04 | Пюре картофельное * | 130 | 2,7 | 5,8 | 19 | 141 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашенные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | | 19,9 | 20,5 | 94,9 | 610 |
| | Суммарный объем обеда: | 675 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 160/04 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 6 | 6,8 | 18,4 | 158 |
| ТТК № 72 | Кисель фруктовый | 180 | 0 | 0 | 25,5 | 106 |
| ТТК № 173 | Шарлотка с яблоками | 70 | 7,3 | 9,9 | 20,1 | 207 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 16,5 | 18,1 | 77,1 | 549 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 480 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 47,46 | 53,22 | 233,6 | 1588 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

* При отсутствии протирочной машины допускается вместо пюре картофельного готовить блюдо "Картофель в молоке" - рец.519-III/04:

| | | | | | | |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|
| 519-III/04 | Картофель в молоке | 130 | 3,5 | 4,9 | 21,2 | 144 |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|---|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным | 200\10 | 7,9 | 13,6 | 31,3 | 268 |
| 393/11 | Чай с лимоном | 180\10\7 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 11,22 | 15,02 | 54,6 | 387 |
| | Суммарный объем завтрака: | 427 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--|---------------|-----|-----|---|------|----|
| | Фрукты свежие | 100 | 0,5 | 0 | 13,7 | 55 |
|--|---------------|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 67/11 | Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 1,4 | 2,8 | 9,4 | 77 |
| ТТК № 151 | Фрикадельки из птицы тушеные в соусе с овощами | 75 | 9,7 | 9,2 | 9,7 | 158 |
| ТТК № 52 | Каша "Петровская" гречневая | 130 | 3,9 | 8,4 | 25,4 | 148 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашенные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | | 21,7 | 22,8 | 98,9 | 643 |
| | Суммарный объем обеда: | 675 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-------------|-------------|-----------|------------|
| ТТК № 180 | Картофельное рагу с овощами | 200 | 9,8 | 9,6 | 24,4 | 244 |
| ТТК № 62 | Чай каркалэ | 180 | 0,7 | 0 | 13,5 | 52 |
| ТТК № 33 | Ватрушка с творогом | 50 | 3,6 | 7,4 | 28 | 194 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 17,3 | 18,4 | 79 | 568 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 460 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 50,72 | 56,22 | 246,2 | 1653 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|--|-----------------|----------------------|-----------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная манная с маслом сливочным | 200\5 | 6,6 | 9,6 | 28,5 | 209 |
| ТТК № 81 | Какао с молоком | 180 | 3,7 | 4,5 | 15,6 | 106 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 52 |
| | ИТОГО: | | 12,4 | 15 | 52,8 | 367 |
| | Суммарный объем завтрака: | 405 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 171 | Напиток витаминный из шиповника | 100 | 0,4 | 0,1 | 12,1 | 50 |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|--------------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 80/11 | Суп картофельный с крупой перловой * | 180 | 1,3 | 2 | 7,7 | 74 |
| ТТК № 124 | Сиченики из птицы запеченные | 70 | 7,1 | 11,8 | 10,8 | 167 |
| 514-III / 04 | Бобовые отварные | 130 | 6,5 | 8,2 | 22,9 | 169 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашенные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 2,7 | 1,1 | 10,9 | 65 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 0,7 | 8,5 | 46 |
| | ИТОГО: | | 20,2 | 23,8 | 89,3 | 634 |
| | Суммарный объем обеда: | 655 | | | | |

Для разнообразия ассортимента, в 4-том дне предложено два варианта уплотненного полдника.

Предложенные дополнительные варианты уплотненных полдников допускается чередовать по понедельно, либо выбирать из них тот вариант, который пользуется большим спросом у детей.

Уплотненный полдник (вариант № 1)

| | | | | | | |
|------------|---|--------------|--------------|-------------|------------|-----|
| ТТК № 8 | Омлет "Традиционный" | 50 | 5 | 5,2 | 1,1 | 86 |
| 516-III/04 | Макаронные изделия отварные | 140 | 4,9 | 5,7 | 32,9 | 206 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 2,7 | 5 | 17,2 | 174 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | 15,86 | 17,32 | 74,3 | 584 | |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 430 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 48,86 | 56,22 | 228,5 | 1635 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

ИЛИ

Уплотненный полдник (вариант № 2)

| | | | | | | |
|-----------|---|--------------|--------------|-------------|------------|-----|
| ТТК № 182 | Картофель запеченный в омлете | 190 | 10,3 | 11,5 | 33,8 | 295 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 2,7 | 5 | 17,2 | 174 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | 16,26 | 17,92 | 74,1 | 587 | |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 430 | | | | |

* В осенне-зимний период при наличии огурцов соленых допускается вместо Супа картофельного с крупой перловой готовить Рассольник ленинградский - рсч. 76/11:

| | | | | | | |
|-------|--------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| 76/11 | Рассольник ленинградский | 180 | 1,4 | 3,6 | 11,9 | 86 |
|-------|--------------------------|-----|-----|-----|------|----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 5

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|---|-----------------|----------------------|-------------|------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/10 | 7,4 | 12,4 | 30,6 | 270 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | 10,66 | 13,82 | 53,7 | 388 | |
| | Суммарный объем завтрака: | 420 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|
| 399/11 | Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами) | 100 | 0,5 | 0 | 10,7 | 55 |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|---|-------------|-------------|-------------|------------|-----|
| ТТК № 118 | Суп картофельный с яйцом со сметаной | 180/10 | 1,9 | 4,5 | 4,8 | 99 |
| ТТК № 176 | Голубцы ленивые домашние (мясо птицы + мясо говядины) без соуса | 70 | 6,8 | 7,7 | 6,3 | 102 |
| 520-III/04 | Пюре картофельное * | 130 | 2,7 | 5,8 | 19 | 141 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,4 | 104 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | 18,6 | 20,8 | 86,8 | 619 | |
| | Суммарный объем обеда: | 640 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----------|---|-------------|-------------|-------------|------------|-----|
| 422/02 | Икра свекольная | 50 | 1,3 | 3,7 | 6,5 | 66 |
| ТТК № 52 | Каша "Петровская" рисовая | 150 | 4,2 | 8,9 | 26,5 | 195 |
| ТТК № 62 | Чай каркаде | 180 | 0,7 | 0 | 13,5 | 52 |
| ТТК № 56 | Булочка с посыпкой | 50 | 8,7 | 3,7 | 17,5 | 158 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | 18,1 | 17,7 | 77,1 | 549 | |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 460 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 47,86 | 52,32 | 228,3 | 1611 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

| | | | | |
|--|-------|-------|--------|---------|
| Итого средний % за пищевой ценности за неделю: | 48,62 | 54,94 | 234,66 | 1622,20 |
| Норма 90%: | 48,6 | 54 | 234,9 | 1620 |

ДЕНЬ 5

* При отсутствии протирочной машины допускается вместо пюре картофельного готовить блюдо "Картофель в молоке" - рец.519-III/04:

| | | | | | | |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|
| 519-III/04 | Картофель в молоке | 130 | 3,5 | 4,9 | 21,2 | 144 |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 6

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 97/04 | Сыр (порциями) | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 36 |
| ТТК № 60 | Макаронные изделия отварные с сахаром | 160/8 | 5,6 | 8,7 | 34,4 | 247 |
| 393/11 | Чай с лимоном | 200/11/7 | 0,13 | 0,02 | 11,2 | 45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 52 |
| | ИТОГО: | | 10,13 | 12,62 | 54,3 | 380 |
| | Суммарный объем завтрака: | 405 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 171 | Напиток витаминный из шиповника | 100 | 0,4 | 0,1 | 12,1 | 50 |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|--|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 57/11 | Борщ с капустой и картофелем * | 180 | 1,4 | 3,1 | 7,2 | 63 |
| ТТК № 151 | Фрикадельки из птицы тушеные в соусе с овощами | 75 | 9,7 | 9,2 | 9,7 | 158 |
| 510-III/04 | Каша вязкая пшенная | 130 | 3,6 | 5,8 | 20,8 | 152 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашеные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | | 21,4 | 20,5 | 92,1 | 633 |
| | Суммарный объем обеда: | 675 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----------|---|------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным | 200\10 | 7,4 | 9,1 | 28,5 | 268 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| ТТК № 11 | Плюшка Новомосковская | 50 | 6,2 | 7,6 | 23,7 | 185 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 16,86 | 18,12 | 75,3 | 571 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 470 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 48,79 | 51,34 | 233,8 | 1634 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

* Для разнообразия ассортимента первых блюд допускается вместо Борща с капустой и картофелем готовить Свекольник (ТТК № 36):

| | | | | | | |
|----------|------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 36 | Свекольник | 180 | 1,4 | 3,8 | 12,2 | 88 |
|----------|------------|-----|-----|-----|------|----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 7

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|---|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным | 200\10 | 7,9 | 13,6 | 31,3 | 268 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 11,16 | 15,02 | 54,4 | 386 |
| | Суммарный объем завтрака: | 420 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|
| 399\11 | Сок фруктовый (обогащенный микронутриентами) | 100 | 0,5 | 0 | 10,7 | 55 |
|--------|--|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|--|-----------|-------------|-------------|------------|-----|
| 81/11 | Суп картофельный с горохом | 180 | 3,9 | 4 | 11,7 | 97 |
| ТТК № 105 | Котлета рыбная любительская запеченная | 70 | 7,7 | 9 | 3,3 | 116 |
| 520-III/04 | Пюре картофельное * | 130 | 2,7 | 5,8 | 19 | 141 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашеные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | 21 | 21,2 | 88,4 | 614 | |
| | Суммарный объем обеда: | 670 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----------|--|-------------|-------------|-------------|------------|-----|
| 160/04 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 6 | 6,8 | 18,4 | 158 |
| ТТК № 48 | Творожные сырники со сметаной | 60/10 | 9,3 | 10,3 | 18,6 | 174 |
| ТТК № 72 | Кисель фруктовый | 180 | 0 | 0 | 25,5 | 106 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,4 | 104 |
| | ИТОГО: | 19,5 | 18,9 | 79,9 | 542 | |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 490 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 52,16 | 55,12 | 233,4 | 1597 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

* При отсутствии протирочной машины допускается вместо пюре картофельного готовить блюдо "Картофель в молоке" - рец.519-III/04:

| | | | | | | |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|
| 519-III/04 | Картофель в молоке | 130 | 3,5 | 4,9 | 21,2 | 144 |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюдо и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 8

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|--|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная манная с маслом сливочным | 200\10 | 6,7 | 13,2 | 28,5 | 242 |
| 393/11 | Чай с лимоном | 180\10\7 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | 427 | 10,02 | 14,62 | 51,8 | 361 |
| | Суммарный объем завтрака: | 427 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--|---------------|-----|-----|---|------|----|
| | Фрукты свежие | 100 | 0,5 | 0 | 13,7 | 55 |
|--|---------------|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|--|-------------|-------------|-------------|------------|-----|
| 67/11 | Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 1,4 | 2,8 | 9,4 | 77 |
| ТТК № 131 | Тефтели домашние тушеные (мясо птицы + мясо говядины) без соуса | 70 | 7,8 | 12,1 | 10,8 | 154 |
| 510-III/04 | Каша вязкая гречневая | 130 | 3,8 | 5,8 | 19,3 | 148 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашеные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | 19,7 | 23,1 | 93,9 | 639 | |
| | Суммарный объем обеда: | 670 | | | | |

Для разнообразия ассортимента, в 8-м дне предложено два варианта уплотненного полдника.

Предложенные дополнительные варианты уплотненных полдников допускается чередовать по понедельно, либо выбирать из них тот вариант, который пользуется большим спросом у детей.

Уплотненный полдник (вариант № 1)

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-------------|-----------|-------------|------------|
| ТТК № 166 | Картофель, тушеный с овощами | 150 | 6,1 | 8,9 | 30,2 | 232 |
| ТТК № 181 | Пирог «Зебра» | 70 | 8 | 9 | 21 | 214 |
| ТТК № 62 | Чай каркаде | 180 | 0,7 | 0 | 13,5 | 52 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 2,7 | 1,1 | 10,9 | 65 |
| | ИТОГО: | | 17,5 | 19 | 75,6 | 563 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 425 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|------------|-------------|
| ВСЕГО: | 47,72 | 56,72 | 235 | 1618 |
|---------------|--------------|--------------|------------|-------------|

ИЛИ

Уплотненный полдник (вариант № 2)

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| ТТК № 175 | Вареники с картофелем отварные со сметаной | 150/25 | 9,2 | 10,1 | 42,2 | 302 |
| ТТК № 181 | Пирог «Зебра» | 70 | 8 | 9 | 21 | 214 |
| ТТК № 62 | Чай каркаде | 180 | 0,7 | 0 | 13,5 | 52 |
| | ИТОГО: | | 17,9 | 19,1 | 76,7 | 568 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 425 | | | | |

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

ДЕНЬ 9

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|--|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 44 | Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным | 200/10 | 7,3 | 13,2 | 27,8 | 256 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 10,56 | 14,62 | 50,9 | 374 |
| | Суммарный объем завтрака: | 420 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| ТТК № 171 | Напиток витаминный из шиповника | 100 | 0,4 | 0,1 | 12,1 | 50 |
|-----------|---------------------------------|-----|-----|-----|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|-----------|---|------------|-----------|-------------|-------------|------------|
| 82/11 | Суп картофельный с вермишелью | 180 | 2 | 2,2 | 12,4 | 75 |
| ТТК № 124 | Сиченики из птицы запеченные | 70 | 7,1 | 11,8 | 10,8 | 167 |
| ТТК № 109 | Тушеная капуста по-деревенски | 130 | 3,2 | 6 | 13,9 | 122 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашенные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,4 | 104 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,6 | 1 | 12,8 | 69 |
| | ИТОГО: | | 20 | 22,8 | 95,8 | 650 |
| | Суммарный объем обеда: | 680 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----------|---|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| ТТК № 8 | Омлет "Традиционный" | 50 | 5 | 5,2 | 1,1 | 86 |
| ТТК № 52 | Каша "Петровская" рисовая | 140 | 3,9 | 7,3 | 26,6 | 182 |
| ТТК № 75 | Чай с добавлением молока | 180 | 2,8 | 2,4 | 14,3 | 89 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 2,1 | 1,6 | 25,7 | 145 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 52 |
| | ИТОГО: | | 15,9 | 17,4 | 76,4 | 554 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 420 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 46,86 | 54,92 | 235,2 | 1628 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Завтрак

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Эн. Ценность (ккал) |
|-------------|--|-----------------|----------------------|--------------|-------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ТТК № 37 | Каша молочная жидкая «Дружба» с маслом сливочным | 200\10 | 9 | 10,1 | 29,8 | 268 |
| 392/11 | Чай с сахаром | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 10 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 78 |
| | ИТОГО: | | 12,26 | 11,52 | 52,9 | 386 |
| | Суммарный объем завтрака: | 420 | | | | |

2-ой завтрак

| | | | | | | |
|--------|---|-----|-----|---|------|----|
| 399\11 | Сок фруктовый (обогащенный микроэлементами) | 100 | 0,5 | 0 | 10,7 | 55 |
|--------|---|-----|-----|---|------|----|

Обед

| | | | | | | |
|------------|--|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| 80/11 | Суп картофельный с крупой перловой * | 180 | 1,3 | 2 | 7,7 | 74 |
| ТТК № 69 | Котлетка из птицы запеченная | 70 | 8,4 | 10,6 | 10,6 | 155 |
| 516-III/04 | Макаронные изделия отварные | 130 | 4,5 | 5,3 | 30,5 | 191 |
| т.24/96 | Овощи порционные (или/или: свежие, вареные, соленые, квашеные, консервированные) | 50 | 0,5 | 0 | 2 | 9 |
| ТТК № 17 | Компот "Бодрость" | 180 | 0,4 | 0 | 26,5 | 104 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 2,7 | 1,1 | 10,9 | 65 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 0,7 | 8,5 | 46 |
| | ИТОГО: | | 19,5 | 19,7 | 96,7 | 644 |
| | Суммарный объем обеда: | 655 | | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|------------|---|------------|-----------|-------------|-------------|------------|
| 422/02 | Икра морковная (или свекольная) | 30 | 0,6 | 2,2 | 3,9 | 38 |
| 520-III/04 | Пюре картофельное ** | 150 | 3,2 | 6,7 | 21,9 | 164 |
| ТТК № 62 | Чай каркаде | 180 | 0,7 | 0 | 13,5 | 52 |
| ТТК № 173 | Шарлотка с яблоками | 70 | 7,3 | 9,9 | 20,1 | 207 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,4 | 104 |
| | ИТОГО: | | 16 | 20,6 | 76,8 | 565 |
| | Суммарный объем уплотненного полдника: | 470 | | | | |

| | | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: | 48,26 | 51,82 | 237,1 | 1650 |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|

| | | | | |
|--|-------|-------|--------|---------|
| Итого средний % за пищевой ценности за неделю: | 48,76 | 53,98 | 234,90 | 1625,40 |
| Норма 90%: | 48,6 | 54 | 234,9 | 1620 |

* В осенне-зимний период при наличии огурцов соленых допускается вместо Супа картофельного с крупой перловой готовить Рассольник ленинградский - рец. 76/11:

| | | | | | | |
|-------|--------------------------|-----|-----|-----|------|----|
| 76/11 | Рассольник ленинградский | 180 | 1,4 | 3,6 | 11,9 | 86 |
|-------|--------------------------|-----|-----|-----|------|----|

** При отсутствии протирочной машины допускается вместо пюре картофельного готовить блюдо "Картофель в молоке" - рец. 519-III/04:

| | | | | | | |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|
| 519-III/04 | Картофель в молоке | 130 | 3,5 | 4,9 | 21,2 | 144 |
|------------|--------------------|-----|-----|-----|------|-----|

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

| | |
|---|--|
| Заказчик: <u>МДОУ г.о. Ленинградский район № 111</u> (наименование муниципального дошкольного образовательного учреждения) Заведующая(ый) <u>Анна Викторовна Т.П.</u> М.П. | Исполнитель: ООО "МАРГО" Директор <u>М.В. Лашенова</u> М.П. |
|---|--|

