

Согласовано

Утверждено

Заведующий ГБДОУ детский сад № _____ / _____

Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

"__" _____ 202__ г.

"01" сентября 2024 г.

/ Ланенкова С.Г.

ЦИКЛИЧНОЕ ЧЕТЫРЕХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg		
Завтрак													
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	6,12	5,22	187,47	0,11	0,47	24,03	111,6	158,4	29,7	1,6	54-23к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	50,9	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77	54-4гн	РПН 2022
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
Итого за Завтрак	425	10,59	9,02	351,29	0,23	0,77	32,93	188,15	222,4	43,6	3,23		
Завтрак II													
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	23,67	0	4,5	0	10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	180/10	3,29	2,66	102,68	0,09	7,99	99,84	18,22	60,74	18,92	0,98	54-7с	РПН 2022
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	70	7,37	9,33	139,07	0,03	0	37,33	129,73	88,67	10,27	1,49	ТТК-293	
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	4,16	176,37	0,03	0	15,95	5,98	63,27	20,8	0,42	54-6г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01	
Итого за Обед	660	16,79	18,18	623,23	0,28	17,89	153,12	191,63	249,88	61,19	3,87		
Уплотненный полдник													
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	1	5,3	72,5	0,03	4,82	0	29,06	0	17,36	0,61	ТТК-34,01	
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	8,4	11,2	162,13	0,32	0,16	536	15,2	45,36	0,96	0,37	ТТК-261,02	
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	130	3,12	3,99	84,41	0,03	0	26	20,37	67,6	22,53	0,52	ТТК-329,03	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	88,06	0,02	2	0	14	14	8	0,4	ТТК-442,1	
Итого за Уплотненный полдник	510	16	21,43	491,7	0,53	6,98	562	93,23	134,36	52,65	2,35		
Итого за день	48,42	53,19	236,54	1621,02	1,06	28,52	748,05	669,21	707,44	163,44	9,63		

День: 2

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
													Завтрак		
КАША ЖИДКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,77	4,86	25,83	166,05	0,05	0,55	23,76	134,1	120,6	25,2	0,38	54-25.1к	РПН 2022	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017	
Итого за Завтрак	515	10,27	9,12	72,51	414,97	0,19	10,66	50,06	248,85	206,6	74,87	2,25			
Завтрак II															
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022	
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18			
Обед															
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	50	0,75	3,33	2,33	45	0,03	1,92	0	11,92	0	11,92	0,27	20	2021	
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,28	6,18	9,28	112,06	0,04	5,75	4,8	31,06	26,88	19,74	1,16	58	2021	
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	7,67	5,66	8,9	117,19	0,06	0,22	26,25	20,04	36,05	5,25	0,37	ТТК-282		
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401		
Итого за Обед	660	20,67	23,43	72,42	588,27	0,36	8,41	65,72	142,72	126,66	44,46	3,05			
Уплотненный полдник															
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,6	3,12	2,7	41,28	0	10,2	36	26,4	23,4	1,2	0,78	ТТК-23.01		
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	4,76	9,66	6,44	100,69	0,04	5,8	62	106,5	103,04	15,96	1,82	ТТК-201		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,68	4,25	28,43	170,56	0,05	0	15,95	10,4	35,53	6,24	0,63	54-1г	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	27,3	109,6	0,01	6,6		8,6	12,7	3,6	0,5	ТТК-412,08		
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640		
Итого за Уплотненный полдник	500	12,06	17,85	88,9	533,28	0,21	22,6	115,55	158,7	189,27	32,8	4,13			
Итого за День		48,22	54,9	241,39	1628,32	0,8	42,21	267,33	773,47	688,13	177,33	9,61			

День: 3

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
													Завтрак		
КАША ОВсяНО-ГРЕЧЕНВАЯ "ЗДОРОВЬЕ"	180	8,1	8,19	27,45	215,91	0,04	2,34	72	181,8	100,8	9	1,08	ТТК-190		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907		
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0,2	0,1	15	61,7	0	1	0	6	10	5	0,2	ТТК-430		
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01		
Итого за Завтрак	435	11,47	13,33	68,33	439,29	0,15	3,34	72	204,85	125,8	16,7	1,96			

Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2.5%	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18		
Обед														
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	50	0,75	0,08	4,33	21	0,01	2,22	0,65	17,5	20	10,83	0,67	54-283	РПН 2022
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ КУРОЙ	180/10	2,75	5,35	11,98	106,87	0,07	6,79	105,6	24,7	57,86	18,02	0,84	54-3с	РПН 2022
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	70	4,5	9,66	5,67	127,63	0,06	17,85	35,35	73,5	69,3	0,84	1,75	ТТК-283	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,9	0,09	14,13	60,21	0,01	0,29	63	25,2	22,5	16,2	0,52	ТТК-907	
Итого за Обед	660	13,11	20,88	63,52	494,95	0,4	45,47	360,6	230,03	257,42	68,36	6,12		
Уплотненный полдник														
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ТЫКВОЙ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/20	17,16	17,2	57,3	452,64	0,1	0,2	6	344,73	22,67	3,03	0,29	ТТК-224	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	4	0	14	14	8	0,4	ТТК-444,01	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017
Итого за Уплотненный полдник	510	19,66	18,39	95,6	629,34	0,23	14,2	36	385,73	47,67	20,03	3,24		
Итого за день		49,46	57,1	234,65	1653,58	0,85	64,27	504,6	1036,61	592,89	130,29	11,5		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
													Возраст: 3-7 лет		
День: 4															
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	5,22	5,22	29,7	187,11	0,06	0,47	31,14	105,3	106,2	20,7	0,97	54-1к	РПН 2022	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,98	3,42	20,07	118,8	0,02	0,9	9	135	8,1	6,3	0,45	ТТК-492,08		
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8	0,15	15	34	34	23	13	0	ТТК-688		
Итого за Завтрак	495	11,8	12,51	67,75	431,42	0,18	16,44	66,14	376,05	187,3	43,67	1,96			
Завтрак II															
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2.5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022	
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18			
Обед															
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	2,6	2,25	34,4	0	8,5	30	22	19,5	1	0,65	ТТК-23,01		
СУП РЫБНЫЙ	180	4,46	4,56	14,52	116,98	0	9	105,6	97,2	73,2	0,36	1,56	ТТК-106		
БИТОЧЕК ИЗ КУРИЦЫ	70	8,73	10,62	10,62	172,92	0,05	0,44	15,98	67,2	100,8	44,8	1,63	ТТК-54-23м		
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,19	5,46	31,2	202,54	0,18	0	16,64	13	156,87	104	3,5	54-4г	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394,02		
Итого за Обед	670	24,91	24,36	99,76	717,94	0,42	19,94	168,22	224,6	369,17	161,76	8,89			

Уплотненный полдник														
Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
ИКРА ОВОЩНАЯ	60	1,2	4,6	5,72	56,8	0,02	3,49	10,62	76	32,3	0	1,2	ТТК-55	
ОМЛЕТ "ДЕТСКИЙ"	200	4,74	8,29	20,95	177,35	0,15	0	47,62	110,48	62,86	1,9	0,23	ТТК-217,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
Итого за Уплотненный полдник	500	8,71	13,74	59,4	383,96	0,3	3,53	58,54	206,08	110,56	9,7	2,61		
Итого за день		50,64	55,11	234,47	1625,12	0,94	40,45	328,9	1029,93	832,63	240,33	13,64		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима) День: 5 Возраст: 3-7 лет

Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША "ДРУЖБА"	180	4,5	5,22	21,69	152,01	0,06	0,48	24,48	104,4	111,6	24,3	0,48	54-16к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77	54-4гн	РПН 2022
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
Итого за Завтрак	425	8,97	9,02	49,62	315,83	0,18	0,78	33,38	180,95	175,6	38,2	2,11		

Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		

Обед														
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	50	0,83	4,42	4,33	60,42	0,02	4,02	0	24,22	0	14,47	0,51	ТТК-34,01	
СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ	180/10	4,19	4,41	19,72	135,59	0,1	1,48	179,79	87,98	98,25	11,81	0,86	ТТК-110,01	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАННЫМ СОУСОМ	200	11,2	13,24	31,84	291,38	0,07	15,42	55,78	76,4	94,2	2,84	1,82	ТТК-306	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02	
Итого за Обед	680	20,95	23,17	100,4	694,47	0,39	26,32	235,57	219,4	219,85	43,92	4,1		

Уплотненный полдник														
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	70	6,16	8,23	6,02	122,81	0,05	0,25	22,4	123,2	87,22	4,03	1,12	ТТК-287	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	200	0,14	0,06	20	81,06	0,01	3,4	10	13,92	0	6,2	0,17	ТТК-437	
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15	17	35	17	11	0	ТТК-688	
Итого за Уплотненный полдник	540	14,62	16,66	71,93	499,28	0,36	19,17	67,07	237,42	144,55	26,98	2		
Итого за день		49,58	53,41	245,35	1664,38	0,95	49,15	336,02	833,97	640,8	115,1	8,39		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

День: 6

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
Завтрак														
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,12	9	10,68	0,12	1,2	48	140,4	175,2	49,2	2,4	ТТК-189,03		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907		
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	8,7	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77	54-4гн	РПН 2022	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017	
Итого за Завтрак	505	10,59	11,34	50,26	0,26	11,5	54,9	219,15	249,2	101,1	4,21			
Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18	268	2022	
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,2	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18			
Обед														
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	1	3,83	4,77	0,02	2,91	8,85	63,33	26,92	0	1	ТТК-55		
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЮ, ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	6,31	4,97	16,88	0,03	0	9,36	5,42	15,5	7	0,32	ТТК-60,04		
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	70	4,43	6,01	6,42	0,04	0,08	22	43	91,2	0,35	0,85	ТТК-325,09		
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	4,16	31,63	0,03	0	15,95	5,98	63,27	20,8	0,42	54-6г	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	180	0,91	0,16	18,54	0,02	1,8	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-442,1		
Итого за Обед	680	19,69	20,05	104,21	0,32	4,79	56,16	148,53	224,29	42,95	3,5			
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	2,6	2,25	0	8,5	30	22	19,5	1	0,65	ТТК-23,01		
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	8,75	8,05	4,55	0,08	0,04	420	96,88	147,21	10,36	3,64	ТТК-320,01		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	4,51	17,16	0,1	8,84	20,63	33,8	72,8	24,27	0,89	54-11г	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,1	0	26,8	0	6	0	14	12	1	0,2	ТТК-439,01		
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01		
Итого за Уплотненный полдник	500	15,29	19,63	75,79	0,25	23,38	470,63	173,58	273,91	43,13	5,72			
Итого за день		50,79	55,52	237,46	0,9	40,93	617,69	757,26	909,4	212,38	13,61			

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

День: 7

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	5,22	5,22	29,7	0,06	0,47	31,14	105,3	106,2	20,7	0,97	54-1к	РПН 2022	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,98	3,42	20,07	0,02	0,9	9	135	8,1	6,3	0,45	ТТК-432,08		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017	

Итого за Завтрак	495	11,3	12,71	69,45	440,62	0,21	11,44	96,14	358,05	175,3	39,67	4,16	Завтрак II	
													268	2022
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,25	0,69	2,55	17,35	0,03	2,4	15	15	12	9	0,25	ТТК-22,08	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	0,13	1,4	87,48	24,3	72,36	26,1	1,33	ТТК-119	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	8,04	9,24	11,98	163,21	0,06	0,04	31,92	28,55	113,88	12,77	0,31	ТТК-161	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,13	5,08	18,8	129,46	0,11	12,41	406,55	109,44	99,98	29,12	1,89	ТТК-426,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394,02	
Итого за Обед	670	19,06	19,37	87,89	602,64	0,52	18,25	540,95	202,49	317,02	88,59	5,33		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	60	0,8	2,1	4,2	31,1	0,02	23,2	3,3	22,3	20,2	8,71	0,35	ТТК-981,04	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ"	200	11,6	15	25,6	283,8	0,1			47,5	52,6	6,5	0,56	ТТК-209,1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640	
Итого за Уплотненный полдник	500	14,62	18,01	69,63	491,26	0,23	23,24	5,2	81,6	95,4	25,01	2,04		
Итого за день		50,2	54,59	234,53	1626,32	1	53,47	678,29	865,34	753,32	178,47	11,71		

День: 8

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
Завтрак														
КАША ВЯЗАЯ ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	180	7,49	7,98	33,57	239,35	0,19	2,41	0	129,04	0	50,26	1,12	203	2021
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0,2	0,1	15	61,7	0	1	0	6	10	5	0,2	ТТК-430	
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8		15		34	23	13	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	505	9,96	9,02	66,55	390,73	0,28	18,41	0	182,79	33	68,26	1,76		
Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		

Обед														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,67	2,25	3,83	38	0,01	1,9	0,57	15,83	18,33	9,17	0,58	54-13з	РПН 2022
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,74	7,17	7,38	135,79	0,09	8,16	110,5	85,97	170,25	36,34	2,17	ТТК-106	
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	200	11,5	15,53	24,38	283,23	0,13	6,67	13	28	253,33	48	4	ТТК-258,08	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	5,94		7,74	11,43	3,24	0,45	ТТК-412,08	
Итого за Обед	680	22,83	25,87	86,13	683,36	0,42	22,67	124,07	155,74	468,14	104,35	7,75		
Уплотненный полдник														
САЛАТ "СЕЛЕНСКИЙ"	50	0,69	2,01	3,36	34,2	0	0,25		15,65	21,4	10,95	0,37	ТТК-42,01	
ОМЛЕТ "ДЕТСКИЙ"	210	4,98	8,7	22	186,22	0,16	0	50	116	66	2	0,24	ТТК-217,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,5	0,1	15	62,9	0,03	0		16	26	2	0,6	ТТК-401	
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01	
Итого за Уплотненный полдник	530	10,44	15,87	73,29	477,72	0,34	0,25	50	165,55	135,8	21,45	1,9		
Итого за День		48,27	55,32	249,37	1706,61	1,06	44,21	174,07	700,28	737,74	200,06	11,59		

День: 9

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И МАСЛОМ	180	4,1	3,53	15,62	111,6	0,06	0,72	20	122,8	47,44	1,01	1,2	ТТК-112	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21	0,04	0,3	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15		35	17	11	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	515	8,9	7,49	48,8	302,52	0,26	15,83	46,3	264,35	122,44	19,68	2,47		
Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18		
Обед														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,75	3,33	2,33	45	0,03	1,92	0	11,92	0	11,92	0,27	20	2021
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,3	6,72	4,81	97,01	0,03	9,71	99,3	35,41	54,78	15,13	0,82	ТТК-54-1с	
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	70	10,5	10,3	23,8	229,9	0	0	0	6,01	54,92	7,97	0	ТТК-318	
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	4,16	31,63	176,37	0,03	0	15,95	5,98	63,27	20,8	0,42	54-6г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,9	0,09	14,13	60,21	0,01	0,29	63	25,2	22,5	16,2	0,52	ТТК-54-13зч	
Итого за Обед	680	23,49	25,52	102,67	736,19	0,28	11,92	178,25	102,72	210,27	79,62	2,58		

Уплотненный полдник														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,6	3,12	2,7	41,28	0	10,2	36	26,4	23,4	1,2	0,78	ТТК-23,01	
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	70	7,47	7,82	18,2	173,02	0,02	0,88	122,5	30,63	158,08	0,44	1,05	ТТК-277	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	4,51	17,16	120,81	0,1	8,84	20,63	33,8	72,8	24,27	0,89	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	4	0	14	14	8	0,4	ТТК-444,01	
Итого за Уплотненный полдник	500	14,31	16,41	75,59	507,91	0,27	23,92	179,13	119,43	275,68	37,71	3,57		
Итого за день		51,92	53,92	234,26	1636,62	0,88	52,93	439,68	702,7	770,39	162,21	8,8		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима) День: 10

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	6,12	5,22	28,89	187,47	0,11	0,47	24,03	111,6	158,4	29,7	1,6	54-23к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,69	3,15	18,9	118,8	0,04	0,61	15,57	151,2	117	12,6	0,05	ТТК-433,08	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
Итого за Завтрак	405	12,68	11,07	67,02	419,19	0,26	1,08	41,6	282,35	293,4	46,3	2,51		
Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		

Обед

САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	50	0,83	4,42	4,33	60,42	0,02	4,02	0	24,22	0	14,47	0,51	ТТК-34,01	
СУП РЫБНЫЙ	180	4,46	4,56	14,52	116,98	0	9	105,6	97,2	73,2	0,36	1,56	ТТК-106	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННО ТОМАТНЫМ	200	11,81	17,23	29,49	320,3	0,16	4,08	14,58	10,8	117	50,4	1,04	ТТК-54-26м	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401	
Итого за Обед	650	20,02	27,06	78,77	638,91	0,34	17,1	120,18	161,22	221	70,83	4,1		

Уплотненный полдник

СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160/15	7,45	9,6	30,75	239,15	0,02	0,15	6,63	119,33	70,93	12,56	0,07	ТТК-222	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907	
КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	16,5	66,4	0,01	4,5		4	3	4		ТТК-412	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017
Итого за Уплотненный полдник	510	11,65	13,67	66,93	440,26	0,16	14,72	62,63	241,08	134,93	29,23	2,81		
Итого за день		49,39	56,36	236,12	1653,16	0,78	35,78	224,41	880,85	750,13	152,36	9,6		

День: 11

Возраст: 3-7 лет

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg			Fe
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,39	5,22	23,94	168,57	0,14	0,45	21,51	100,8	157,5	70,2	2,12	54-20к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8		15		34	23	13	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	505	8,96	6,25	57,72	323,46	0,23	15,49	21,81	153,55	188,5	87,2	3,29		
Завтрак II														
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,25	0,69	2,55	17,35	0,03	2,4	15	15	12	9	0,25	ТТК-22,08	
СУП-ПОРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ	180/10	4,19	4,41	19,72	135,59	0,1	1,48	179,79	87,98	98,25	11,81	0,86	ТТК-110,01	
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	6,5	10,7	15,3	183,5	0,07	2,45	310	23,6	62,7	8,4	0,14	ТТК-259	
КАРТОФЕЛЬНО ПОРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,13	5,08	18,8	129,46	0,11	12,41	406,55	109,44	99,98	29,12	1,89	ТТК-426,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02	
Итого за Обед	680	17,8	21,98	100,88	672,98	0,51	24,14	911,34	266,82	300,33	73,13	4,05		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	11,63	18,25	25,13	311,25	0,08	2,36	147	20	234	108	2,02	ТТК-54-12м	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	1	0,1	15,7	66,9	0,01	0,32	70	28	25	18	0,58	ТТК-54-13кч	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
Итого за Уплотненный полдник	520	17,03	22,59	70,35	552,19	0,24	8,08	219	81	307,2	141,6	3,89		
Итого за День	495	49,01	55,32	236,51	1640,43	1,02	48,25	1188,15	724,57	961,63	327,13	11,41		

День: 12

Возраст: 3-7 лет

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg			Fe
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	5,22	5,22	29,7	187,11	0,06	0,47	31,14	105,3	106,2	20,7	0,97	54-1к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,98	3,42	20,07	118,8	0,02	0,9	9	135	8,1	6,3	0,45	ТТК-432,08	
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15		35	17	11	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	495	11,7	12,51	67,15	431,62	0,28	16,44	66,14	377,05	181,3	41,67	1,96		

Завтрак II													
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06
	Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18
Обед													
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК"	50	0,82	2,06	11,3	36,45	0,02	3,43	0	14,17	20,81	9,2	0,65	ТТК-53,01
СУП РЫБНЫЙ	180	4,46	4,56	14,52	116,98	0	9	105,6	97,2	73,2	0,36	1,56	ТТК-106
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	8,24	6,46	14,39	148,63	0,09	0,2	0	328,07	21,33	3,01	0,25	ТТК-280,01
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394,02
Итого за Обед	670	19,29	19,14	91,86	587,8	0,42	32,95	261,6	539,17	214,5	42,84	5,9	
Уплотненный полдник													
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,6	6,1	6,2	85,7	0,02	24,8	122	40	30	15	0,56	54-7з РПН 2022
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ И ОВОЩАМИ	200	7,67	12,4	16,2	207,08	0,02	2,29	114	25,14	26,29	0,02	0,57	ТТК-308,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06	0,02	2	0	14	14	8	0,4	ТТК-442,1
Итого за Уплотненный полдник	500	12,75	19,44	59,93	465,44	0,19	29,09	236	93,74	77,69	26,82	1,98	
Итого за день		48,78	55,65	242,34	1639,66	0,91	81,36	563,74	1206,16	574,29	117,33	10,02	

День: 13

Возраст: 3-7 лет

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША "ЯНТАРНАЯ"	180	4,92	9,24	27	210,84	0,14	1,44	57,6	92,16	145,44	40,32	0,01	ТТК-187	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77	54-4гн РПН 2022	
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640	
Итого за Завтрак	425	8,44	11,73	60,58	381,67	0,3	1,74	66,1	166,11	198,64	52,22	1,52		
Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18		

Обед															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У	У	У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Мg	Fe		
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	2,6	2,25	34,4	0	8,5	30	22	19,5	1	0,65	ТТК-23,01		
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ	180	5,06	4,81	9,27	101,02	0	0	9,36	1,8	1,8	1,8	0	ТТК-60,04		
КНЕПЛИ РЫБНЫЕ	70	6,16	8,23	6,02	122,81	0,05	0,25	22,4	123,2	87,22	4,03	1,12	ТТК-287		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	4,51	17,16	120,81	0,1	8,84	20,63	33,8	72,8	24,27	0,89	54-11г	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,94	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01		
Итого за Обед	650	17,05	20,91	75,75	560,48	0,28	22,99	82,39	208	199,52	35,8	3,29			
Уплотненный полдник															
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ТЫКВОЙ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/20	17,16	17,2	57,3	452,64	0,1	0,2	6	344,73	22,67	3,03	0,29	ТТК-224		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	16,5	66,4	0,01	4,5		4	3	4		ТТК-412		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017	
Итого за Уплотненный полдник	510	18,76	18,19	91,5	607,54	0,22	14,7	36	375,73	36,67	16,03	2,84			
Итого за день		49,47	55,33	235,03	1639,69	0,87	40,69	220,49	965,84	596,83	129,25	7,83			

День: 14

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У	У	У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак															
КАША вязкая молочная РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ	180	5,94	7,76	40,16	253,8	0,07	5,15	45,36	128,79	154,35	39,65	0,74	120	2022	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907		
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,69	3,15	18,9	118,8	0,04	0,61	15,57	151,2	117	12,6	0,05	ТТК-433,08		
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639		
Итого за Завтрак	415	14,83	16,54	78,29	521,35	0,23	5,83	88,93	387,54	339,35	59,92	1,75			
Завтрак II															
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022	
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18			
Обед															
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	50	0,83	4,42	4,33	60,42	0,02	4,02	0	24,22	0	14,47	0,51	ТТК-34,01		
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,57	6,91	11,96	128,13	0,06	5,01	98,4	20,65	73,14	21,07	1,03	54-3с	РПН 2022	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	70	7,37	9,33	5,88	139,07	0,03	0	37,33	129,73	88,67	10,27	1,49	ТТК-293		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	130	3,12	3,99	9,01	84,41	0,03	0	26	20,37	67,6	22,53	0,52	ТТК-323,03		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0		14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401		
Итого за Обед	680	20,17	25,66	70,65	596,34	0,35	9,03	161,73	227,57	267,61	77,74	4,64			

Уплотненный полдник														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
ОМЛЕТ "ДЕТСКИЙ"	210	4,98	8,7	22	186,22	0,16	0	50	116	66	2	0,24	ТТК-217,02	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	200	0,12	0,05	25	100,93	0,01	4,1	10	3,8	0	4,1	0,15	ТТК-437	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017
Итого за Уплотненный полдник	530	7,7	9,84	75,9	424,65	0,29	14,1	60	138,8	94	48,1	1,34		
Итого за день		47,92	56,54	232,4	1634,14	0,91	29,5	346,66	977,11	866,56	210,96	7,91		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

День: 15

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	6,12	5,22	28,89	187,47	0,11	0,47	24,03	111,6	158,4	29,7	1,6	54-23к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01	
Итого за Завтрак	435	9,59	10,35	70,57	414,36	0,22	0,51	24,33	133,65	181,4	36,4	3,01		
Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		

Обед														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
САЛАТ ИЗ МОРКВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,75	3,33	2,33	45	0,03	1,92	0	11,92	0	11,92	0,27	20	2021
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,28	6,18	9,28	112,06	0,04	5,75	4,8	31,06	26,88	19,74	1,16	58	2021
БИТОЧЕК ИЗ КУРИЦЫ	70	8,73	10,62	10,62	172,92	0,05	0,44	15,98	67,2	100,8	44,8	1,63	ТТК-54-23м	
ПЮРЕ ОВОЩНОЕ С ТЫКВОЙ	130	2,38	3,61	17,61	112,45	0,05	1,52	1	63,16	49,8	23,71	0,69	ТТК-426,01	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	180	0,91	0,16	18,54	79,25	0,02	1,8	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-442,1	
Итого за Обед	660	19,52	24,66	75,31	606,28	0,32	11,43	21,78	200,54	197,48	111,17	4,56		

Уплотненный полдник														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ И ВАРЕНЬЕМ	160/15	7,25	8,32	34	239,88	0,01	1	17,13	77,28	77,93	12,96	0,11	ТТК-222	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40	240	180	28	0,2	385	2017
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017
Итого за Уплотненный полдник	500	14,82	14,46	63,28	445,76	0,21	13,6	87,13	347,03	288,93	49,96	2,95		
Итого за день		48,97	54,03	232,56	1621,2	0,77	28,42	133,24	877,42	748,61	203,53	10,7		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима) День: 16

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,12	9	10,68	148,2	0,12	1,2	48	140,4	175,2	49,2	2,4	ТТК-189,03	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,87	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,55	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640	
Итого за Завтрак	435	10,67	13,41	51,36	369,17	0,28	1,31	75,9	250,35	240,4	58,87	3,97		
Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18		

Обед

Икра овощная	50	1	3,83	4,77	47,33	0,02	2,91	8,85	63,33	26,92	0	1	ТТК-55	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	180/10	5,85	3,4	21	138,34	0,15	1,4	87,48	27,92	86,06	31,3	1,65	ТТК-119	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	8,26	7,7	10,5	169,54	0	7	14	58,8	127,4	28	0,14	ТТК-3141	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	130	1,72	7,7	13,31	129,42	0,01	0	69,55	18,2	13,87	3,47	0	ТТК-332	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01	
Итого за Обед	680	20,75	23,55	99,67	709,17	0,36	16,71	179,88	199,05	279,85	71,27	3,52		

Уплотненный полдник

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	8,75	8,05	4,55	125,65	0,08	0,04	420	96,88	147,21	10,36	3,64	ТТК-320,01	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	4,51	17,16	120,81	0,1	8,84	20,63	33,8	72,8	24,27	0,89	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	4	0	14	14	8	0,4	ТТК-444,01	
Итого за Уплотненный полдник	500	15,42	15,04	62,48	447,66	0,33	18,28	440,63	171,88	264,21	54,23	5,8		
Итого за день		51,88	56,56	236,91	1680,8	0,99	39,18	696,41	817,48	885,26	190,37	13,47		

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима) День: 17

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	6,12	5,22	28,89	187,47	0,11	0,47	24,03	111,6	158,4	29,7	1,6	54-23к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,98	3,42	20,07	118,8	0,02	0,9	9	135	8,1	6,3	0,45	ТТК-432,08	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
Итого за Завтрак	415	13,3	14,27	68,19	455,02	0,25	1,44	61,03	354,15	234,5	43,67	3,01		

Завтрак II														
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18		
Обед														
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	2,6	2,25	34,4	0	8,5	30	22	19,5	1	0,65	ТТК-23,01	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,3	6,72	4,81	97,01	0,03	9,71	99,3	35,41	54,78	15,13	0,82	ТТК-54-1с	
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"	70	9,59	8,33	16,38	178,85	0	0,12	0	11,98	0	19,54	0,23	ТТК-100,01	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ КЛУКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	9	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437	
Итого за Обед	680	20,07	23,56	82,39	623,44	0,33	40,34	294,3	165,54	169,44	65,63	4,28		
Уплотненный полдник														
САЛАТ "СЕЛЯНСКИЙ"	60	0,82	2,41	4,03	41,03	0	0,3		18,78	25,68	13,14	0,44	ТТК-42	
ОМЛЕТ "ДЕТСКИЙ"	210	4,98	8,7	22	186,22	0,16	0	50	116	66	2	0,24	ТТК-217,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,5	0,1	15	62,9	0,03	0		16	26	2	0,6	ТТК-401	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017
Итого за Уплотненный полдник	610	10,27	12,47	78,96	470,75	0,36	10,3	50	173,38	153,08	62,94	2,33		
Итого за день		48,86	54,8	237,1	1641,01	0,98	52,62	441,33	916,27	722,62	197,44	9,8		

День: 18

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg			Fe
Завтрак														
КАША "ДРУЖБА"	180	4,5	5,22	21,69	152,01	0,06	0,48	24,48	104,4	111,6	24,3	0,48	54-16к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77	54-4гн	РПН 2022
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01	
Итого за Завтрак	430	9	11,21	54,29	354,21	0,17	0,78	31,38	175,7	172,6	36,9	1,84		
Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18	268	2022
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,2	90	0,07	1,26	36	216	162	25,2	0,18		

Обед													
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg		
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	50	0,83	4,42	4,33	60,42	0,02	4,02	0	24,22	0	14,47	0,51	ТТК-34,01
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	180/10	3,29	2,66	16,39	102,68	0,09	7,99	99,84	18,22	60,74	18,92	0,98	54-7с РПН 2022
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	70	6,68	12,08	6,49	161,42	0,04	1,4	266	26,6	59,5	3,22	1,05	ТТК-256,01
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	130	3,12	3,99	9,01	84,41	0,03	0	26	20,37	67,6	22,53	0,52	ТТК-323,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394,02
Итого за Обед	680	17,95	24,27	77,39	600,03	0,37	15,41	391,84	114,61	206,64	70,74	4,61	
Уплотненный полдник													
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ТЫКВОЙ И ВАРЕНЬЕМ	170/20	16,9	15,5	61,63	453,62	0,09	1,33	20	288,67	32	3,56	0,35	ТТК-224
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	200	0,14	0,06	20	81,06	0,01	3,4	10	13,92	0	6,2	0,17	ТТК-437
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15	35	35	17	11	0	ТТК-688
Итого за Уплотненный полдник	510	18,94	16,35	97,03	614,18	0,28	19,73	30	348,59	49	20,76	0,87	
Итого за день		51,11	56,33	235,91	1658,42	0,89	37,18	489,22	854,9	590,24	153,6	7,5	

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима) День: 19

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg		
Завтрак													
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	5,22	5,22	29,7	187,11	0,06	0,47	31,14	105,3	106,2	20,7	0,97	54-1к РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71	0,1	0,07	26	101,75	50	3,67	0,54	ТТК-907
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,69	3,15	18,9	118,8	0,04	0,61	15,57	151,2	117	12,6	0,05	ТТК-433,08
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338
Итого за Завтрак	495	13,01	12,44	68,28	440,62	0,23	11,15	102,71	374,25	284,2	45,97	3,76	
Завтрак II													
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	196,2	100,8	6	0,18	
Обед													
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	50	0,75	3,33	2,33	45	0,03	1,92	0	11,92	0	11,92	0,27	20
СУП РЫБНЫЙ	180	4,46	4,56	14,52	116,98	0	9	105,6	97,2	73,2	0,36	1,56	ТТК-106
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	4,76	9,66	6,44	100,69	0,04	5,8	62	106,5	103,04	15,96	1,82	ТТК-201
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	4,51	17,16	120,81	0,1	8,84	20,63	33,8	72,8	24,27	0,89	54-11г РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,9	0,09	14,13	60,21	0,01	0,29	63	25,2	22,5	16,2	0,52	ТТК-54-13УН

Итого за Обед		650	16,11	22,91	71,51	528,29	0,31	25,85	251,23	278,94	72,51	5,51
Уплотненный полдник												
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4	12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНЫМ СОУСОМ	200	11,2	13,24	31,84	291,38	0,07	15,42	55,78	76,4	94,2	2,84	ТТК-306
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	27,3	109,6	0,01	6,6	8,6	12,7	3,6	0,5	ТТК-412,08
Итого за Уплотненный полдник	500	14,2	15,52	79,31	513,98	0,21	27,42	112,2	137,1	18,04	3,19	
Итого за день		48,36	55,43	242,5	1637,69	0,77	67,3	409,72	801,04	142,52	12,64	

День: 20

Рацион: Сад 3-7 лет 12 часов (сезон осень-зима)

Возраст: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe					
													В1	C	A (рет. экв/сут)		
Завтрак																	
КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	180	7,49	7,98	33,57	239,35	0,19	2,41	0	129,04	0	50,26	1,12	203	2021			
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907				
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0,2	0,1	15	61,7	0	1	0	6	10	5	0,2	ТТК-430				
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8		15		34	23	13	0	ТТК-688				
Итого за Завтрак	505	9,96	9,02	66,55	390,73	0,28	18,41	0	182,79	33	68,26	1,76					
Завтрак II																	
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18	268	2022			
Итого за Завтрак II	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,04	0,54	36	223,2	165,6	25,2	0,18					
Обед																	
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,5	2,6	2,25	34,4	0	8,5	30	22	19,5	1	0,65	ТТК-23,01				
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,74	7,17	7,38	135,79	0,09	8,16	110,5	85,97	170,25	36,34	2,17	ТТК-106				
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	70	4,5	9,66	5,67	127,63	0,06	17,85	35,35	73,5	69,3	0,84	1,75	ТТК-283				
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	4,16	31,63	176,37	0,03	0	15,95	5,98	63,27	20,8	0,42	54-6г	РПН 2022			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907				
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02				
Итого за Обед	680	19,68	24,69	91,44	681,27	0,38	39,91	191,8	218,25	349,72	73,78	5,9					
Уплотненный полдник																	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,26	3,18	8,49	67,62	0	0,6	0	0	0,12	0,3	0,01	ТТК-51,08				
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	8,04	9,24	11,98	163,21	0,06	0,04	31,92	28,55	113,88	12,77	0,31	ТТК-161				
КАРТОФЕЛЬНО ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,13	5,08	18,8	129,46	0,11	12,41	406,55	109,44	99,98	29,12	1,89	ТТК-426,02				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,5	0,1	15	62,9	0,03	0	0	16	26	2	0,6	ТТК-401				
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640				
Итого за Уплотненный полдник	500	13,85	18,42	78,3	534,34	0,31	13,05	440,07	160,79	254,58	49,99	3,21					
Итого за день		48,71	56,63	243,85	1698,14	1,01	71,91	667,87	785,03	802,9	217,23	11,05					

Итоги по неделям

	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
Итого				
Среднее. Неделя: 1	49,26	54,74	238,48	1638,48
Среднее. Неделя: 2	50,11	55,14	238,35	1656,46
Среднее. Неделя: 3	48,83	55,37	235,77	1635,02
Среднее. Неделя: 4	49,78	55,95	239,25	1663,21
Все				
Все				
Все				
Все				

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)		
	Б	Ж	У		В1	С	А (рети. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe
Итого за период	989,96	1106,04	4759,25	32965,89	18,34	948,33	9475,87	17346,27	14932,85	3621,33	210,41
Среднее значение за период	49,5	55,3	237,96	1648,29	0,92	47,42	473,79	867,31	746,64	181,07	10,52
Содержание белков, жиров, углеводов в меню в % от калорийности	12	30	58								
Сбалансированность	1	1	4								

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Уплотненный полдник	Обед	Завтрак II	Завтрак
3-7 лет	514	670	180	464

ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. - Москва.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
2. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. - Уфа 2021. - 233 с.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. А.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ТД Дели, 2022. - 245с.
4. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.-275с.

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 её пищевой ценности (СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651630489533221723568905051781519580762169777230

Владелец Васюкович Светлана Александровна

Действителен с 12.07.2024 по 12.07.2025