

Примерное меню для детей с 3-7 лет

№ ТК по сборнику у рецептур блюд*	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
	ДЕНЬ № 1					
	Завтрак					
№99	Каша молочная пшеничная	150	4,42	5,32	25,09	166,21
№266	Чай с молоком	180	0,07	0,01	15,31	96,63
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
	ИТОГО:		9,28	7,89	60,03	348,44
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№43	Суп крестьянский с крупой	200	1,85	6,19	12,34	112,47
№188	Кнели куриные с рисом	70/5	12,78	14,51	5,91	205,32
№197	Каша геркулесовая вязкая	150	3,59	6,51	20,63	155,43
№271	Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		22,04	29,96	68,82	691,65
	Полдник					
№85	Запеканка картофельная с овощами	150/50	4,96	14,84	31,45	279,20
№260	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО		12,35	21,72	58,65	481,11

	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		43,67	59,57	187,5	1521,2
	ДЕНЬ № 2					
	Завтрак					
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
№100	Каша молочная геркулесовая	150	4,63	6,51	18,65	151,74
	Сок яблочный	200	0,13	0,23	24,49	99
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		6,56	7,24	60,96	335,34
	Обед					
№ 2	Салат витаминный	50	0,57	5,07	5,77	70,92
№55	Щи из свежей капусты	200	16,72	5,06	8,51	86,26
№142	Зразы рыбные, рубленые со слив. маслом	75	9,43	2,89	6,68	90,48
№216	Картофельное пюре	150	3,2	6,02	23,3	160,46
№271	Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		33,14	20,24	72,7	549,86
	Полдник					
№124	Запеканка из творога с молочным соусом	200	29,22	12,11	29,1	342,23
№249	Кисель из свежих ягод	200	0,12	0,0	21,15	85,07
№12СП	Банан	100	1,5	0,1	21,0	89,0
	ИТОГО		30,84	12,21	71,25	516,3
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		70,54	39,69	204,91	1401,5
	ДЕНЬ № 3					
	Завтрак					
№45	Суп молочный с изделиями макаронными	200	5,58	6,12	19,73	156,08
№265	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
№15 СП	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,5
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
	ИТОГО:		14,5	12,28	53,31	381,8
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№37	Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03
№171	Биточки мясные с маслом	75	10,68	11,72	5,74	176,75
№201	Рис отварной	150	3,89	5,09	40,28	225,18
№245	Кисломолочный продукт	200	5,60	6,38	8,18	112,52
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		25,74	29,05	82,99	699,91
	Полдник					
№1	Винегрет овощной	60	0,76	6,08	4,99	77,56

№151	Рыба запечённая с картофелем	150	11,93	5,12	16,59	159,93
№254	Компот из св. яблок и ягод	200	0,16	0,0	14,99	60,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
	ИТОГО		16,15	12,7	60,97	428,23
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		56,39	54,03	197,27	1509,9
	ДЕНЬ № 4					
	Завтрак					
№12СП	Банан	100	1,5	0,1	21,0	89,0
№95	Каша гречневая вязкая на молоке	150	5,81	6,01	25,70	180,12
№265	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		8,98	6,32	71,83	378,34
	Обед					
№ 2	Салат витаминный	50	0,57	5,07	5,77	70,92
№39	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,46	99,27
№204	Макароны отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10
№ 189	Куриные котлеты припущенные	75	11,02	12,45	7,52	186,09
№261	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,0	21,01	46,87
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		21,65	25,31	96,91	661,85
	Полдник					
№118	Омлет с зеленым горошком	150	10,24	12,5	5	173,46
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
	Сок яблочный	200	0,13	0,23	24,49	99
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО		14,37	14,13	53,99	403,56
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		45	35,76	222,83	1443,75
	ДЕНЬ № 5					
	Завтрак					
№ 93	Каша «Дружба»	150	6,39	8,13	34,23	235,23
№271	Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		9,01	8,53	64,19	369,47
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№27	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,52	5,33	8,65	88,89
№181	Тефтели из говядины паровые с маслом	75	12,85	14,60	8,74	217,83

№83	Рагу из овощей	150	2,72	10,88	16,51	174,87
№254	Компот из св. яблок и ягод	200	0,16	0,0	14,99	60,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		23,95	33,56	66,79	648,66
	Полдник					
№ 295	Оладья с изюмом	150/10	8,3	17,5	8,71	225,54
№260	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
	ИТОГО		14,09	24,18	26,09	379,85
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		47,05	66,27	157,07	1396,98
	ДЕНЬ №6					
	Завтрак					
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
№100	Каша молочная геркулесовая	150	4,63	6,51	18,65	151,74
№242	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО		10,9	10,84	62,52	391,26
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№43	Суп крестьянский с крупой	200	1,85	6,19	12,34	112,47
№204	Макароны отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10
№468 Тутелья н	Котлеты печеночные	70	11,69	5,95	4,06	116,76
№255	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,0	27,89	113,79
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		23,32	20,19	97,52	660,55
	Полдник					
№81	Пудинг из моркови и яблок	150	3,9	7,51	23,3	176,36
№260	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
№ 90	Яблоки печеные с конфитюром	100	0,28	0,28	27,15	112,24
	ИТОГО		11,37	14,37	69,65	453,51
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		45,59	45,4	229,69	1505,32
	ДЕНЬ № 7					
	Завтрак					
№11 СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00

№103	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4,42	5,32	25,09	166,21
№249	Кисель из свежих ягод	200	0,12	0,0	21,15	85,07
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		6,34	5,82	64,06	335,88
	Обед					
№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,42	2,53	2,66	35,01
№34	Рассольник ленинградский	200	4,02	9,04	25,90	119,68
№184	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	70/30	12,63	13,54	9,16	208,6
№83	Рагу из овощей	150	2,72	10,88	16,51	174,87
	Сок яблочный	200	0,13	0,23	24,49	99
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		23,02	37,42	95,12	730,26
	Полдник					
№136	Сырники из творога с вареньем	100/20	19,14	3,7	31,53	235,99
№262	Напиток клюквенный	200	0,11	0,0	21,07	84,69
№12СП	Банан	100	1,5	0,1	21,0	89,0
	ИТОГО		20,75	3,8	73,6	409,68
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		50,11	47,04	232,78	1475,82
	ДЕНЬ № 8					
	Завтрак					
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
№ 93	Каша «Дружба»	150	6,39	8,13	34,23	235,23
№259	Напиток кофейный на молоке	200	1,40	1,60	17,35	89,32
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		10,29	10,13	69,5	410,15
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№63	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	4,98	6,57	14,71	136
№156	Тефтели рыбные в соусе	70/30	8,95	5,48	9,16	121,07
№201	Рис отварной	150	3,89	5,09	40,28	225,18
№254	Компот из св. яблок и ягод	200	0,16	0,0	14,99	60,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		21,68	19,89	97,04	649,32
	Полдник					
№118	Омлет с зеленым горошком	150	10,24	12,5	5,0	173,46
№271	Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
	ИТОГО		12,16	13,0	34,86	306,74

	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		44,13	43,02	201,4	1366,21
	ДЕНЬ №9					
	Завтрак					
№12СП	Банан	100	1,5	0,1	21,0	89,0
№45	Суп молочный с изделиями макаронными	200	5,58	6,12	19,73	156,08
№242	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
№13СП	Батон	20	1,6	0,2	9,82	47,6
	ИТОГО:		12,45	10,35	76,5	446,6
	Обед					
№ 2	Салат витаминный	50	0,57	5,07	5,77	70,92
№48	Суп-лапша по-домашнему	200	1,96	3,91	11,13	87,50
№191	Плов из курицы	210	17,22	13,44	24,78	285,6
№255	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,0	27,89	113,79
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		23,41	23,62	85,97	650,91
	Полдник					
№75	Котлеты морковные с соусом	100/50	5,34	9,17	22,10	192
№260	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
	ИТОГО		11,13	15,85	39,48	346,31
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		46,99	49,82	201,95	1443,82
	ДЕНЬ № 10					
	Завтрак					
№97	Каша манная молочная вязкая	150	4,77	5,14	28,38	179,21
№265	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
№341	Бутерброд с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152,00
№10 СП	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	38,0
	ИТОГО:		12,36	14,83	61,85	430,83
	Обед					
№14СП	Овощная нарезка	50	0,6	1,55	1,5	13,33
№37	Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03
№169	Кнели из говядины	70/5	12,61	15,11	4,63	204,93
№216	Картофельное пюре	150	3,2	6,02	23,3	160,46
№254	Компот из св. яблок и ягод	200	0,16	0,0	14,99	60,64
№9СП	Хлеб пшеничный	35	3,1	1,2	16,4	93,1
	ИТОГО:		21,54	26,99	71,71	611,49
	Полдник					
№273	Блины с конфитюром	100/15	5,57	3,94	36,59	204,13
№245	Молоко кипяченое	200	5,60	6,38	8,18	112,52
№11СП	Яблоко	100	0,2	0,3	8,0	37,00
	ИТОГО		11,37	10,62	52,77	353,65
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		45,27	52,44	186,33	1395,97

	ВСЕГО:		494,74	493,04	2021,73	14460,47
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:		49,47	49,30	202,147	1446,05

Приложение №2
к Договору № _____ от «1» сентября 2023года

СМЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ

№ п/п	Наименование услуги	Характеристика услуги	Стоимость услуги (руб.)
1	Рацион №1	Завтрак	70,00
2	Рацион № 2	Обед, полдник, ужин	280,00

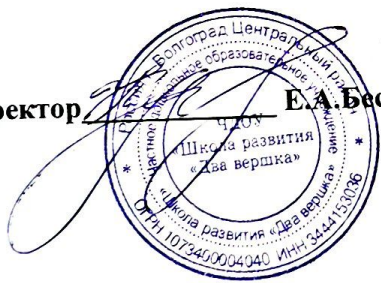
ЗАКАЗЧИК:

ЧДОУ «Школа развития «Два вершка»»

ИСПОЛНИТЕЛЬ:

ИП Гененберг К.В.

Директор



Е.А. Беспальчук

Директор



К.В. Гененберг

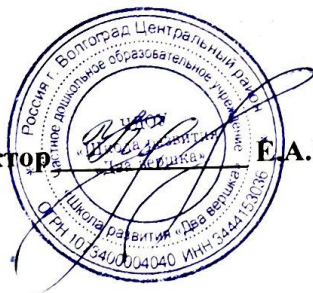
Приложение №3
к Договору № _____ от «1» сентября 2023года

ГРАФИК ОКАЗАНИЯ УСЛУГ

№ п/п	Содержание услуг	Срок оказания услуг	Время оказания услуг
1.	Обед	с 01.09.2023 г. по 01.09.2024 г. включительно (выходные дни: суббота, воскресенье)	с 11-30 до 12-30 часов
2.	Полдник		с 14-00 до 15-00
3.	Ужин		с 14-00 до 16-00

ЗАКАЗЧИК:

ЧДОУ «Школа развития «Два вершка»»



Директор

Е.А.Беспальчук

ИСПОЛНИТЕЛЬ:

ИП Гененберг К.В.



Директор

К.В. Гененберг