



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

первый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный манный	150	4,11	3,78	12,08	98,85	№92
	Бутерброд с маслом	20-5	1,58	5,24	9,81	93,87	№1
	Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	76,67	№11
Итого за завтрак			9,29	12,62	40,58	269,39	
Второй завтрак	Фрукт свежий	150	0,4	-	5,9	44	
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,44	0,95	26,92	№13
	Суп овощной на кур бульоне	200	3,7	6,3	7	103	№31
	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,87	5,98	39,80	248	№165
	Гуляш из говядины	50	8,59	9,16	1,75	123,75	№373
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0	20,43	83,88	№527
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
	Итого за обед		25,16	24,28	89,25	679,55	
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	3,09	1,42	34,09	14,12	№7-12
	Какао	150	4,65	4,65	19	135,9	№22
Итого за полдник			7,74	13,81	53,09	150,02	
За весь день			42,59	50,71	188,81	1142,96	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

первый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный манный	200	5,48	5,04	16,1	131,8	№92
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток	200	4,8	4,8	24,92	159,56	№12
Итого за завтрак			12,62	17,6	55,55	430,46	
Второй завтрак	Фрукт свежий	150	0,4	-	5,9	44	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	№13
	Суп овощной на кур бульоне	250	4,62	7,87	8,53	128,75	№31
	Каша рассыпчатая гречневая	205	11,73	7,91	52,64	328	№165
	Гуляш из говядины	70	5,25	6,65	2,14	144,2	№373
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	№527
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
	Итого за обед		27,4	26,68	116,4	875,5	
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	4,32	1,98	47,72	19,76	№7-12
	Какао	200	6,2	6,2	25,34	181,18	№22
Итого за полдник			10,52	8	73,06	200,94	
Итого за весь день			50,94	52,28	250,91	1550,9	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

второй день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	3,23	2,97	19,76	118,53	№185
	Бутерброд с сыром	40	4,2	6,12	12,94	123,56	№3
	Напиток лимонный	100	0,1	0	12,85	52,5	№436
Итого за завтрак			7,53	9,09	45,55	294,59	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,46	34,36	№20
	Рассольник с мясом со сметаной	150	0,99	3,03	6,78	213,16	№32
	Макаронные изделия отварные	110	2,11	3,1	11,42	59,58	№204
	Бефстроганов из отварной печени со сметаной	60	10,04	9,5	2,55	135,5	№78
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
Итого за обед			18,12	18,06	87,69	646,4	
Полдник	Запеканка из творога	65	11,40	7,83	11,15	160,55	№237
	Соус сметанный сладкий	30	1,36	1,93	2,56	45,3	№121
	Чай с сахаром	180	0,13	0	5,53	21,6	№132
Итого за полдник			12,89	9,76	19,24	227,45	
Итого за весь день			43,89	41,71	158,48	1256,94	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

второй день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	4,3	3,96	26,34	158,04	№185
	Бутерброд сыром	50	5,26	7,65	16,18	154,45	№3
	Напиток лимонный	150	0,15	0	18,21	75,88	№436
Итого за завтрак			9,71	11,61	60,73	388,37	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,08	5,19	51,54	№20
	Рассольник с мясом со сметаной	180	1,19	3,64	8,14	256,32	№32
	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	145,99	№204
	Бефстроганов из отварной печени со сметаной	80	13,38	12,62	3,4	180,65	№78
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
Итого за обед			26,2	23,85	94,71	885,3	
Полдник	Запеканка из творога	130	22,80	15,67	22,29	321,10	№237
	Соус сметанный сладкий	50	2,26	3,21	4,27	75,45	№121
	Чай с сахаром	200	0,14	0	6,14	24	№132
Итого за полдник			25,2	18,88	10,41	420,55	
Итого за весь день			65,46	59,14	171,85	1782,72	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

третий день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная рисовая	150	1,98	2,85	16,47	98,06	№185,1
	Бутерброд с маслом	20-5	1,58	5,24	9,81	93,87	№1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	91,01	№395
Итого за завтрак			6,4	10,5	40,63	282,94	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,34	2,04	1,04	23,92	№19
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	12,35	75,42	№82
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,36	109,8	№321
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,03	10,03	№69
	Котлета мясная	50	7,78	5,78	7,85	114,38	№282
	Компот из плодов консервированных	150	0,36	0,14	24,33	100,05	№377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
	Итого за обед		16,19	14,81	82,28	527,76	
Полдник	Омлет натуральный	60	4,71	5,44	1,92	75	№75
	Печенье сахарное	60	4,5	5,88	44,64	250,2	№58
	Чай с сахаром	180	0,13	0	5,53	21,6	№132
Итого за полдник			9,34	11,32	52,09	346,8	
За весь день			36,99	41,43	222,43	1245,5	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

третий день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	2,64	3,8	21,96	130,74	№185,1
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395
Итого за завтрак			8,14	14,24	52,45	370,96	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из соленого огурца с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88	№19
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,72	83,8	№82
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	№321
	Соус томатный	20	0,21	0,74	1,38	13,38	№69
	Котлета мясная	70	10,89	8,09	10,99	160,13	№282
	Компот из плодов консервированных	180	0,43	0,16	29,2	120,06	№377
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
	Итого за обед		22,01	19,74	106,27	691,5	
Полдник	Омлет натуральный	80	6,28	7,25	2,56	100	№75
	Печенье сахарное	60	4,5	5,88	44,64	250,2	№58
	Чай с сахаром	200	0,14	0	6,14	24	№132
Итого за полдник			10,92	13,13	53,34	374,2	
Итого за весь день			45,42	51,91	217,79	1525,16	



Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

четвертый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,53	4,2	13,68	110,7	№93
	Бутерброд с сыром	40	4,2	6,12	12,94	123,56	№3
	Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	119,7	№11
Итого за завтрак			12,33	13,92	45,31	353,96	
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из морской капусты с морковью	40	0,51	2,58	2,92	36,12	№28
	Борщ с мясом со сметаной	180	2,77	1,57	4,88	58,48	№57
	Каша рисовая рассыпчатая	155	3,74	3,29	38,98	200,37	№165,2
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,03	10,03	№69
	Рыба тушеная с овощами	60	6,55	3,05	1,65	60	№247
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
	Итого за обед		18,15	11,45	92,85	568,88	
Полдник	Гренка молочная	50	3,01	2,58	12,44	79,94	№92
	Компот из свежих фруктов	150	5,82	5,82	13,39	52,03	№39
Итого за полдник			8,83	8,4	34,23	131,97	
За весь день			39,71	33,77	178,29	1098,81	

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

четвертый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,04	5,6	18,24	147,6	№93
	Бутерброд сыром	50	5,26	7,65	16,18	154,45	№3
	Кофейный напиток	200	4,8	4,8	24,92	159,56	№12
Итого за завтрак			16,1	18,05	59,34	461,61	
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из морской капусты с морковью	60	0,76	3,87	4,38	54,3	№28
	Борщ с мясом со сметаной	200	3,08	1,74	5,42	64,98	№57
	Каша рисовая рассыпчатая	205	4,94	4,35	51,56	265	№165,2
	Соус томатный	20	0,21	0,74	1,38	13,38	№69
	Рыба тушеная с овощами	80	8,74	4,07	2,2	80	№247
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
	Итого за обед		23,73	15,34	120,49	728,46	
Полдник	Гренка молочная	70	4,21	8,61	17,42	111,92	№59
	Компот из свежих фруктов	200	7,76	7,76	17,86	69,37	№39
Итого за полдник			11,97	16,37	35,28	181,29	
Итого за весь день			52,2	49,76	221,01	1415,36	



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

пятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергитич. ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная «Геркулес»	150	2,7	3,92	17,12	114,29	№185.3
	Бутерброд с маслом	20-5	1,58	5,24	9,81	93,87	№1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	91,01	№395
Итого за завтрак			7,12	11,57	41,28	299,17	
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из сельди с луком	45	5,33	5,15	0,8	71,1	№79
	Суп картофельный с бобовыми с сухариками	180	3,69	3,85	11,63	95,94	№81
	Сухарики	15	2,28	0,24	14,58	71,4	№133
	Жаркое по домашнему	170	21,27	3,45	16,97	204,76	№276
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,	20,,43	83,88	№527
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
Итого за обед			36,27	13,09	83,73	621,08	
Полдник	Каша рисовая с сухофруктами	150	3,46	3,16	44,27	191,0	№6
	Напиток из шиповника	95	0,32	0,13	9,85	41,7	№398
Итого за полдник			3,78	3,29	54,12	232,71	
За весь день			47,57	27,95	185,03	1196,95	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

пятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергитич. ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная «Геркулес»	200	3,6	5,22	22,82	152,38	№185.3
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395
Итого за завтрак			9,1	15,66	53,31	392,6	
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из сельди с луком	60	5,33	5,15	0,8	71,1	№79
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,1	4,28	12,92	106,6	№81
	Сухарики	15	2,28	0,24	14,58	71,4	№133
	Жаркое по домашнему	220	27,52	4,47	21,96	264,99	№276
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	№527
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
Итого за обед			44,57	14,74	101,92	748,29	
Полдник	Каша рисовая с сухофруктами	200	4,61	4,22	59,03	254,68	№6
	Напиток из шиповника	100	0,34	0,14	10,37	43,89	№398
Итого за полдник			4,95	4,36	69,4	298,57	
Итого за весь день			59,03	34,76	192,88	1483,46	



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

шестой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	150	4,61	5,93	24,51	169,76	№200
	Бутерброд с сыром	40	4,2	6,12	12,94	123,56	№3
	Чай с сахаром	180	0,13	0	5,53	21,6	№132
Итого за завтрак			8,94	12,05	42,98	314,92	
Второй завтрак	Фрукт	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих помидор и огурцов	40	0,35	2,05	1,25	24,95	№15
	Суп рыбными консервами	180	6,19	6,05	10,31	120,42	№87
	Плов из птицы	150	15,33	14,07	25,5	290	№304
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
Итого за обед			26,29	22,57	92,38	639,17	
Полдник	Коржики молочные	75	4,89	8,43	46,48	281	№73
	Чай с молоком	150	2,34	2,34	14,02	84,8	№9
Итого за полдник			7,23	10,77	60,5	365,8	
За весь день			42,86	45,39	201,76	1363,89	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

шестой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	6,14	7,9	32,68	226,34	№200
	Бутерброд сыром	50	5,26	7,65	16,18	154,45	№3
	Чай с сахаром	200	0,14	0	6,14	24	№132
Итого за завтрак			11,54	15,55	55	404,79	
Второй завтрак	Фрукт	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих помидор огурцов	50	0,44	2,56	1,56	31,19	№15
	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,46	133,8	№87
	Плов из птицы	180	18,4	16,88	30,6	347,99	№304
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
Итого за обед			31,72	26,76	98,68	763,78	
Полдник	Коржики молочные	75	4,89	8,43	46,48	281	№73
	Чай с молоком	200	3,12	3,22	18,7	113,06	№9
Итого за полдник			8,01	11,65	65,18	394,06	
Итого за весь день			51,67	53,96	224,76	1606,63	



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

седьмой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	5,24	7,82	18,75	166,79	№64
	Бутерброд с маслом	20-5	1,58	5,24	9,81	93,87	№1
	Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	76,67	№11
Итого за завтрак			10,42	16,64	47,25	337,33	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,45	1,28	1,89	31,64	№14
	Свекольник со сметаной	180	2,8	2,65	7,64	65,83	№35
	Каша перловая рассыпчатая	150	3,48	6,43	30,75	183,22	№45
	Гуляш куриный в сметанном соусе	60	7,93	6,48	2,79	117,0	№54
	Компот из свежих фруктов	150	5,82	5,82	13,39	52,03	№39
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
	Итого за обед		23,64	23,06	75,78	543,72	
Полдник	Вареники ленивые	70	11,72	5,75	11,46	144,2	№72
	Чай сахаром	150	0,15	0	1,5	21	№19
	Конфета	20					
Итого за полдник			11,87	5,75	26,46	165,2	
За весь день			50,28	50,25	155,49	1134,75	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

седьмой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	6,98	10,42	25	222,38	№64
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток	200	4,8	4,8	24,92	159,56	№12
Итого за завтрак			14,12	22,98	64,65	521,04	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих помидоров с луком	50	0,57	1,6	2,36	39,55	№14
	Свекольник со сметаной	250	3,74	3,54	10,18	87,78	№35
	Каша перловая рассыпчатая	200	4,64	8,60	41	244,3	№45
	Гуляш куриный в сметанном соусе	70	9,29	10,52	3,39	140,25	№54
	Компот из свежих фруктов	200	7,76	7,76	17,86	69,37	№39
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
	Итого за обед		30,74	32,62	103,75	722,25	
Полдник	Вареники ленивые	100	16,74	8,22	16,38	206	№72
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№19
	Конфета	20					
Итого за полдник			16,94	8,22	30,38	234	
Итого за весь день			66,15	68,62	204,78	1565,8	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

восьмой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,53	4,2	13,68	110,7	№93
	Бутерброд с сыром	40	4,2	6,12	12,94	123,56	№3
	Напиток лимонный	100	0,1	0	12,85	52,5	№436
Итого за завтрак			8,83	10,32	39,47	286,76	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свеклы с огурцами солеными	40	0,58	2,44	2,67	34,96	№36
	Суп крестьянский с крупой	180	6,68	7,34	6,17	118,33	№98
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,36	109,8	№321
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,03	10,03	№69
	Тефтели мясные	50	3,41	3,92	4,31	66,25	№287
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0	20,43	83,88	№527
	Хлеб пшеничный	40	13,82	18,1	50,97	423,25	№2
Полдник	Блины	50	3,73	7,14	26,4	195,34	№164
	Сгущенное молоко	10	0,72	0,85	5,55	32,8	№75
	Чай сахаром	150	0,15	0	1,5	21	№19
Итого за полдник			4,6	7,99	33,45	249,12	
За весь день			31,6	41,21	129,89	1122,87	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

восьмой день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,04	5,6	18,24	147,6	№93
	Бутерброд сыром	50	5,26	7,65	16,18	154,45	№3
	Напиток лимонный	150	0,15	0	18,21	75,88	№436
Итого за завтрак			11,45	13,25	52,63	377,93	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт	150	4,35	4,8	6	88,5	№23
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,86	3,66	4,01	52,44	№36
	Суп крестьянский с крупой	200	7,12	9,12	8,67	138,33	№98
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	№321
	Соус томатный	20	0,21	0,74	1,38	13,38	№69
	Тефтели мясные	70	4,77	5,48	6,03	92,75	№287
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	№527
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
			21,36	24,4	92,2	668,35	
Полдник	Блины	80	4,82	13,75	44,64	250,2	№164
	Сгущенное молоко	10	0,72	0,85	5,55	32,8	№75
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№19
Итого за полдник			5,74	14,6	64,19	311	
Итого за весь день			42,9	57,05	215,02	1445,68	



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

девятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	155	4,29	4	24,61	151,22	№168.1
	Бутерброд с маслом	20-5	1,58	5,24	9,81	93,87	№1
	Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	76,67	№11
Итого за завтрак			9,47	12,84	53,11	321,77	
Второй завтрак	Фрукт	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Икра кабачковая	40	0,36	1,88	2,37	27,84	№83
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,51	6,1	61,02	№67
	Макаронные изделия отварные	110	2,11	3,1	11,42	59,58	№204
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,03	10,03	№69
	Котлета рыбная	60	16,27	4,67	3,88	123,95	№61
	Компот из плодов консервированных	150	0,36	0,14	24,33	100,05	№377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
Итого за обед			23,68	14,26	68,45	476,48	
Полдник	Яйцо отварное	40	7,4	9,01	15,78	175,93	№62
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	37,5	№65
	Какао	150	4,65	4,65	19	135,9	№22
Итого за полдник			15,26	18,21	54,15	443,33	
За весь день			48,81	45,31	181,61	1276,58	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

девятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	205	5,68	5,29	32,55	200	№161.1
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток	200	4,8	4,8	24,92	159,56	№12
Итого за завтрак			12,82	17,85	72	498,66	
Второй завтрак	Фрукт	100	0,4	-	5,9	44	
Итого за завтрак							
Обед	Икра кабачковая	60	0,55	2,82	3,55	41,76	№83
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,9	6,78	67,8	№67
	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	145,99	№204
	Соус томатный	20	0,21	0,74	1,38	13,38	№69
	Котлета рыбная	80	21,7	6,23	5,17	165,27	№62
	Компот из плодов консервированных	180	0,43	0,16	29,20	120,06	№377
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
Итого за обед			33,81	18,35	97,96	695,26	
Полдник	Яйцо отварное	40	7,4	9,01	15,78	175,93	№62
	Хлеб пшеничный	40	4,09	1,2	19,2	104,82	№70
	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	№65
	Какао	200	6,2	6,2	25,34	181,18	№22
Итого за полдник			17,79	18,57	60,42	536,93	
Итого за весь день			64,82	54,77	236,28	1774,85	



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующим МДОАУ
«Детский сад № 3 «Дюймовочка»»
Е.П. Ерошкина
«01/04/2025 г.»

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория от 1.5 до 3-х лет

десятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша манная молочная	150	4,39	7,46	20,11	166	№91
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток	180	2,84	2,41	14,35	91,01	№395
			9,48	17,63	48,99	396,11	
Итого за завтрак							
Второй завтрак	Сок фруктовый	95	0,48	0,1	9,6	40,85	№501
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,44	0,95	26,92	№13
	Суп картофельный с клецками	180	1,48	2,23	9,05	62,28	№85
	Клецки мучные	20	0,78	0,65	3,83	24,30	№120
	Голубцы ленивые	120	10,58	6,78	15,19	164,26	№298
	Соус сметанный	15	0,22	2,53	0,81	22,5	№68
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	№2
Итого за обед			17,78	15,03	75,3	504,06	
Полдник	Макароны отварные с сыром	120	7,87	6,57	22,10	178,75	№301
	Напиток из шиповника	95	0,32	0,13	9,85	41,7	№398
Итого за полдник			8,19	6,7	31,95	220,45	
За весь день			35,93	39,46	165,84	1161,47	

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория от 3-до 7

десятый день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта
Завтрак	Каша манная молочная	200	5,86	9,95	26,8	221,38	№91
	Бутерброд с маслом	25-7	2,34	7,76	14,53	139,1	№1
	Кофейный напиток	200	3,16	2,68	15,96	101,12	№395
			11,36	20,39	57,29	461,6	
Итого за завтрак							
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86	№501
Итого за завтрак							
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	№13
	Суп картофельный с клецками	200	1,64	2,48	10,06	69,2	№85
	Клецки мучные	20	0,78	0,65	3,83	24,30	№120
	Голубцы ленивые	160	14,11	9,04	20,26	219,01	№298
	Соус сметанный	20	0,29	3,37	1,08	30	№68
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0	26,10	109,8	№516
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,96	141	№2
Итого за обед			23,28	19,79	91,72	633,69	
Полдник	Макароны отварные с сыром	150	8,37	7,71	23,84	198	№301
	Напиток из шиповника	100	0,34	0,14	10,37	43,89	№398
Итого за полдник			8,71	7,85	34,21	241,89	
Итого за весь день			44,35	48,23	203,42	1423,18	