

Муниципальное казённое образовательное учреждение Байкаловский
детский сад №2 «Родничок»

Меню ежедневного горячего питания

Утверждаю: заведующий МКДОУ
Байкаловский детский сад № 2 «Родничок»
Ковдрашина Н.А 01.10.2023



Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	160	4.48	3.95	23.04	164.1	№ 15/4
Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10	2.32	0.24	20.08	92	№ 86
	Какао с молоком	150	2.9	2.62	17.17	101.25	№ 14/10
Итого за завтрак		350	9.7	6.81	60.3	357.35	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Суп картофельный с рыбой	150	5.4	3.0	9.75	89.25	№ 19/2
	Плов из мяса говядины	130	8.88	9.88	20.73	209.3	№ 4/8
	Салат из свеклы с сол огурцом	30	0.37	2.47	1.74	30.5	№ 23/1
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Кисель	140	0	0	11.0	41.8	№ 319
Итого за обед		500	18.5	16.85	68.12	501.85	
Полдник	Творожная запеканка	100	16.9	9.6	13.12	209	№ 9/5
	Чай с сахаром	100	0	0	6.82	26.25	10/10
Итого за полдник		200	16.9	9.6	19.9	235.25	
			45.6	33.26	157.47	1132.5	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 2	Каша молочная гречневая с маслом	160	5.76	5.28	23.44	164.8	№2/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/10	4.9	2.9	14.0	104	№ 3/13
	Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.17	10.0	66.75	№ 13/10
Итого за завтрак		350	12.9	10.3	47.44	335.55	
2 завтрак	Фрукт	100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Итого за 2 завтрак		100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.27	0.82	8.55	47.25	№ 18/2
	Гарнир овощной сборный	110	3.1	3.1	13.2	94.4	№ 36/3
	Биточек из мяса кури	50	8.96	7.31	7.41	131.8	№ 5/9
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.5	0.022	11.3	49.1	№ 309
Итого за обед		510	18.11	14.53	64.74	468.3	
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	7.0	5.2	43.2	250	№ 8/12
	Йогурт питьевой	150	4.17	0.09	10.0	58.9	
Итого за полдник		230	11.17	5.29	53.2	308.9	
Итого за день			43.53	30.21	182.66	1192.85	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 3	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	160	4.0	4.7	20.48	140	№ 16/4
Завтрак	Бутерброд с маслом	30/10	2.4	4.4	14.5	109	№ 1
	Напиток из цикория с молоком	150	2.17	2.32	14.7	86.25	№ 34/10
Итого за завтрак		350	8.57	11.42	49.68	335.25	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Суп борщ со сметаной	150	2.91	4.87	7.78	87	№ 2/2
	Пюре гороховое	110	11.76	4.08	24.7	192	№ 178
	Котлета из говядины Здоровье	50	7.6	10.5	4.5	144	№ 103
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из плодов и ягод сушеных	150	0.9	0	22.1	95	№ 308
Итого за обед		510	27.02	20.95	83.98	649	
Полдник	Омлет яичный	80	7.8	10.5	1.4	130.4	№ 2/6
	Кондит изделие	20	1.5	2.0	14.9	84	
	Чай с сахаром	120	0	0	5.46	21	№ 10/10
Итого за полдник		220	9.3	12.5	21.76	235	
Итого за день			40.72	41.0	201	1335.8	

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 4	Каша молочная кукурузная с маслом	160	3.6	4.72	17.6	127.2	№ 4/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/10	4.9	2.9	14.0	104	№ 3/13
	Какао с молоком	150	2.9	2.62	17.17	101.25	№ 14/10
Итого за завтрак		350	11.4	10.24	48.77	355.65	
2 завтрак	Фрукт	100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Итого за 2 завтрак		100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Обед	Суп снежок с мясом птицы	150	5.76	6.48	12.33	147.5	№ 29
	Картофельное пюре	110	2.47	3.36	16.5	108	№ 3/3
	Тефтели рыбные	50	7.8	6.7	8.8	127	№ 88
	Салат школьный	30	0.45	2.25	2.02	30	№ 34
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Кисель	120	0	0	11.0	41.8	№ 319
Итого за обед		510	20.33	20.29	75.55	585.3	
Полдник	Пирожок с повидлом	80	5.28	2.4	43.68	219.2	№ 266
	Йогурт питьевой	150	6.12	2.28	8.88	84	
Итого за полдник		230	11.4	4.68	52.56	303.2	
Итого за день			44.48	35.3	194.16	1324.25	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 5	Каша молочная манная с маслом	160	4.2	4.0	22.0	142	№ 5/4
Завтрак	Хлеб , яйцо отварное	30/1/4	3.25	1.5	10.33	70.05	№ 1/6
	Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.17	10.0	66.75	№ 13/10
Итого за завтрак		350	10.35	8.12	49.5	313.3	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Суп картофельный с клецками	150	5.88	3.3	33.66	188.0	№ 35
	Каша ячневая рассыпчатая	110	3.9	2.95	24.7	143	№ 188
	Гуляш мясной из свинины	60	10.6	8.55	2.72	129.9	№ 55
	Салат из отварного картофеля,моркови и репчатым луком, соленым огурцом и растит маслом	30	0.4	4.5	2.75	53	№ 30/1
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из смеси сухофруктов	120	0.5	0.022	11.3	49.1	№ 309
Итого за обед		520	23.6	23.42	72.1	694	
Полдник	Запеканка из творога с рисом	100	14.5	9.9	18.8	224	№ 14/5
	Чай с сахаром	150	0	0	5.46	21	№ 10/10
Итого за полдник		250	14.5	9.9	24.26	245	
Итого за день			48.95	41.44	154.96	1290	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 1	Каша молочная геркулесовая с маслом	160	5.12	5.9	21.8	161.6	№ 8/4
Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10	2.32	0.24	20.08	92	№ 86
	Какао с молоком	150	2.9	2.62	17.17	101.25	№ 14/10
Итого за завтрак		350	9.62	13.82	62.57	354.85	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Уха рыбацкая	150	5.4	3.0	9.75	89.25	№ 30/2
	Каша рисовая рассыпчатая	110	2.95	2.7	29.6	157.5	№ 45/3
	Тефтели из говядины	50	5.7	7.9	6.4	120	№ 20/8
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	30	0.4	2.5	2.05	32	№20/1
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Кисель	120	0	0	11.0	41.8	№ 319
Итого за обед		510	18.3	35.9	83.7	571.5	
	Сырники из творога	100	17.1	9.5	20.3	237	№ 6/5
	Чай с сахаром	150	0	0	5.46	21	№ 10/10
Итого за полдник		250	17.1	9.5	25.76	258	
Итого за день			46.37	59.31	189.3	1264	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 2	Каша молочная пшeнная с маслом	160	5.2	4.8	24.9	164.8	№ 11/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/10	4.9	2.9	14.0	104	№ 3/13
	Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.17	10.0	66.75	№ 13/10
Итого за завтрак		350	9.85	11.37	49.4	335.55	
2 завтрак	Фрукт	100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Итого за 2 завтрак		100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Обед	Суп – лапша домашняя	150	1.7	2.6	7.9	62	№ 70
	Капуста тушеная	110	2.6	3.9	11.3	90	№ 150
	Котлета куриная	50	8.9	6.9	7.4	131	№ 5/9
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из смеси сухофруктов	120	0.5	0.022	11.3	49.1	№ 309
Итого за обед		480	17.12	13.14	63.45	463.1	
Полдник	Булочка дорожная	80	6.24	8.96	42.56	280	№ 9/5
	Йогурт питьевой	150	6.12	2.28	8.88	84	
Итого за полдник		230	12.36	11.24	51.44	364	
Итого за день			40.68	35.84	181.57	1242	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 3	Каша молочная ячневая с маслом	160	4.8	4.24	24.56	156	№ 14/4
Завтрак	Бутерброд с маслом	30/10	2.4	4.4	14.5	109	№ 1
	Напиток из цикория с молоком	150	2.17	2.32	14.7	86.25	№ 34/10
Итого за завтрак		350	9.37	10.96	53.76	322.4	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Свекольник со сметаной	150	1.7	1.7	10.7	66	№ 5/2
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6.87	5.43	30.24	200	№ 44/3
	Биточек из говядины	50	7.11	6.93	3.22	103.7	№ 14/8
	Зелёный горошек	40	1.23	1.5	2.57	28.8	№ 1/1
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Кисель	120	0	0	11.0	41.8	№ 319
Итого за обед		520	20.76	17.06	82.63	571.3	
Полдник	Рыба запеченная в омлете	80	13.08	4.2	2.3	100	№ 249
	Кондит изделие	20	1.5	2.0	14.9	84	
	Чай с сахаром	150	0	0	5.46	21	№ 10/10
Итого за полдник		250	14.58	6.2	22.66	205	
Итого за день			45.21	34.22	168.15	1136.7	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	160	4.8	4.8	21.9	150.4	№ 19/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/10	5.0	3.0	14.5	106	№ 3
	Какао с молоком	150	2.9	2.62	17.17	101.25	№ 14/10
Итого за завтрак		350	12.7	10.42	53.57	357.6	
2 завтрак	Фрукт	100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Итого за 2 завтрак		100	1.35	0.09	17.28	80.1	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3.22	3.0	11.9	88.5	№ 17/2
	Картофельное пюре с морковью	110	2.2	3.27	13.68	94.4	№ 4/3
	Биточек из рыбы	50	6.86	1.0	3.99	52.5	№ 9/7
	Салат здоровье	30	0.45	1.5	2.17	24	№ 36
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из смеси сухофруктов	120	0.5	0.022	11.3	49.1	№ 309
Итого за обед		510	17.08	10.29	67.9	439.5	
Полдник	Булочка с повидлом	80	5.8	5.8	47.4	269	№ 17/12
	Йогурт питьевой	150	6.12	2.28	8.88	84	
Итого за полдник		230	11.92	8.08	56.28	353	
Итого за день			43.05	28.88	195.0	1230.2	

Менюготавливаемых блюд

С 1.6 – 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 5	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	160	4.08	4.72	19.76	137.6	№ 18/4
Завтрак	Хлеб, яйцо отварное	30/1/4	3.25	1.5	10.33	70.05	№ 1/6
	Кофейный напиток с молоком	160	2.25	2.17	10.0	66.75	№ 13/10
Итого за завтрак		350	9.58	8.39	40.09	274.4	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Рассольник с крупой и сметаной	150	1.35	3.37	9.37	74.25	№ 11/2
	Макаронные изделия отварные	110	4.23	3.03	25.9	150	№ 43/3
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	50	7.56	8.0	3.75	117.5	№ 22/8
	Салат студенческий	30	1.05	3.52	1.87	43.5	№ 43
	Хлеб пшеничный обогащ	50	3.85	1.5	24.9	131	
	Компот из плодов и ягод сушеных	120	0.9	0	22.1	95	№ 308
Итого за обед		510	18.94	19.42	87.9	611.25	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	100	13.6	11.8	12.7	213	№ 13/5
	Чай с сахаром	150	0	0	5.46	21	№ 10/10
Итого за полдник		250	13.6	11.8	18.16	234	
Итого за день			42.62	39.6	155.3	1157.6	

Менюготавливаемых блюд

С 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	180	5.4	4.77	27.6	175.5	№ 15/4
Завтрак	Бутерброд с джемом	40/10	3.09	0.32	26.7	122	№ 86
	Какао с молоком	180	3.48	3.13	20.61	121.5	№ 14/10
Итого за завтрак		410	11.97	8.22	74.91	419	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Суп картофельный с рыбой	180	6.51	3.7	11.67	107.1	№ 19/2
	Плов из мяса говядины	150	13.87	12.36	25.92	261.6	№ 4/8
	Салат из свеклы с сол огурцом	50	0.58	4.08	2.9	50.8	№ 23/1
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Кисель	180	0	0	18	68.4	№ 319
Итого за обед		630	26.35	22.24	93.35	671.3	
Полдник	Запеканка из творога	120	20.28	11.52	15.8	250.8	№ 9/5
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	10/10
Итого за полдник		320	20.28	11.52	24.9	285.8	
Итого за день			59.1	41.98	202.26	1414.1	

Менюготавливаемых блюд

С 3- 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 2	Каша молочная гречневая с маслом	180	6.48	5.94	26.37	185.4	№ 2/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	40/10	6.5	3.86	18.6	138.6	№ 3
	Кофейный напиток с молоком	180	2.71	2.59	12.02	80.1	№ 13/10
Итого за завтрак		410	15.7	12.39	56.99	404.1	
2 завтрак	Фрукт	100	1.5	0.1	19.2	89	
Итого за 2 завтрак		100	1.5	0.1	19.2	89	
Обед	Суп картофельный с домашней лапшой	180	2.07	1.98	12.87	79.2	№ 64
	Гарнир овощной сборный	140	3.6	3.6	15.5	110	№ 36/3
	Биточек из мяса куры	70	12.55	10.23	10.37	184.6	№ 5/9
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.81	0.045	18.54	80.1	№ 309
Итого за обед		640	24.42	17.95	92.14	637.3	
Полдник	Сдоба обыкновенная	100	8.83	6.5	54	313	№ 8/12
	Йогурт питьевой	200	8.15	3.03	11.83	112	
Итого за полдник		300	16.98	9.53	65.83	425	
Итого за день			58.6	39.97	234.16	1555.4	

Менюготавливаемых блюд

С 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 3	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	180	4.5	5.31	23.04	157.5	№ 16/4
Завтрак	Бутерброд с маслом	40/10	3.2	11.46	19.46	194.6	№ 1
	Напиток из цикория с молоком	180	2.61	2.8	17.6	103.5	№ 34/10
Итого за завтрак		410	10.31	18.77	60.1	455.6	
2 завтрак	Напиток Витошка	150	0	0	14.25	56.25	
Итого за 2 завтрак		150	0	0	14.25	56.25	
Обед	Суп борщ со сметаной	180	3.5	5.85	9.34	104.4	№ 2/2
	Пюре гороховое	140	13.6	4.76	30.89	224	№ 178
	Котлета Здоровье	70	10.7	14.7	6.2	202	№ 103
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из плодов и ягод сушеных	180	1.17	0.09	29.16	117	№ 308
Итого за обед		640	34.36	27.5	110.45	830.8	
Полдник	Омлет запечённый	100	9.76	13.15	1.74	163.7	№ 2/6
	Кондит изделие	20	1.5	2.0	14.9	84	
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	10/10
Итого за полдник		320	11.26	15.15	24	282.7	
Итого за день			55.93	61.42	208.8	1625	

Менюготавливаемых блюд

С 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 4	Каша молочная кукурузная с маслом	180	4.05	5.31	19.8	143.1	№ 4/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	40/10	6.5	3.86	18.6	138.6	№ 3
	Какао с молоком	180	3.48	3.13	20.61	121.5	№ 14/10
Итого за завтрак		410	14.03	12.3	59.1	403.2	
2 завтрак	Фрукт	100	1.5	0.1	19.2	89	
Итого за 2 завтрак		100	1.5	0.1	19.2	89	
Обед	Суп снежок с мясом птицы	180	4.77	6.48	16.38	182	№ 29
	Картофельное пюре	140	2.9	3.92	19.2	126	№ 3/3
	Тефтели рыбные	70	11.0	9.33	12.3	178	№ 88
	Салат школьный	50	0.75	3.75	3.33	50	№ 34
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Кисель Витошка	180	0	0	22.3	92	
Итого за обед		690	24.81	25.58	108.3	811.4	
Полдник	Пирожок с повидлом	100	6.57	3.0	54.7	274	№ 266
	Йогурт питьевой	200	8.15	3.03	11.83	112	
Итого за полдник		300	14.72	6.03	66.53	386	
Итого за день			55.0	44.01	253.1	1689	

Менюготавливаемых блюд

С 3- 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 5	Каша молочная манная с маслом	180	4.78	4.58	24.76	160.2	№ 5/4
Завтрак	Хлеб , яйцо отварное	40/1/2	5.18	0.62	13.82	104.3	№ 1/6
	Кофейный напиток с молоком	180	2.71	2.59	12.02	80.1	№ 13/10
Итого за завтрак		380	12.67	7.79	50.6	344.6	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Суп щи со сметаной	180	4.62	5.56	5.4	91.0	№ 6/2
	Каша ячневая рассыпчатая	140	4.57	3.45	28.8	167	№ 188
	Гуляш из отварной говядины	80	6.0	7.6	2.47	164.8	№ 35
	Салат из отварного картофеля,моркови с репч луком, сол огурцом и раст маслом	50	0.66	7.5	4.58	88	№ 30/1
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.81	0.045	18.54	80.1	№ 309
Итого за обед		700	22.05	26.25	94.65	774.3	
Полдник	Запеканка из творога с рисом	100	14.5	9.9	18.8	224	№ 14/5
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	10/10
Итого за полдник		300	14.5	9.9	27.9	259	
Итого за день			49.76	43.94	182.25	1415.9	

Менюготавливаемых блюд

С 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 1	Каша молочная геркулесовая с маслом	180	5.74	6.67	24.48	181.8	№ 8/4
Завтрак	Бутерброд с джемом	40/10	3.09	0.32	26.7	122	№ 86
	Какао с молоком	180	3.48	3.13	20.61	121.5	№ 14/10
Итого за завтрак		410	12.31	10.12	71.79	425.3	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Уха рыбацкая	180	6.51	3.7	11.67	107.1	№ 30/2
	Каша рисовая рассыпчатая	140	3.45	3.17	34.6	183.8	№ 45/3
	Тефтели из говядины	70	8.0	11.2	9.1	169	№ 113
	Салат из свеклы с растит маслом	50	0.8	5.0	4.1	64	№ 20/1
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Кисель Витошка	180	0	0	22.3	92	
Итого за обед		690	24.96	25.21	112.87	787	
Полдник	Сырники из творога	100	17.1	9.5	20.3	237	№ 6/5
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	10/10
Итого за полдник		300	17.1	9.5	29.4	272	
Итого за день			54.87	44.83	223.16	1522	

Менюготавливаемых блюд

С 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 2	Каша молочная пшённая с маслом	180	5.88	5.37	28.11	185.4	№ 11/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	40/10	6.5	3.86	18.6	138.6	№ 3
	Кофейный напиток с молоком	180	2.71	2.59	12.02	80.1	№ 13/10
Итого за завтрак		410	15.09	11.82	58.73	404.1	
2 завтрак	Фрукт	100	1.5	0.1	19.2	89	
Итого за 2 завтрак		100	1.5	0.1	19.2	89	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1.7	1.1	11.4	63	№ 18/2
	Капуста тушеная	140	3.6	3.6	15.5	94	№ 8/3
	Котлета куриная	70	12.5	10.23	10.4	184.6	№ 5/9
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.81	0.045	18.54	80.1	№ 309
Итого за обед		640	24	17.07	90.7	605.1	
Полдник	Булочка дорожная	100	7.8	11.2	53.2	350	№ 14/12
	Йогурт питьевой	200	8.15	3.03	11.83	112	
Итого за полдник		300	15.95	14.23	65.03	462	
Итого за день			56.54	43.22	233.6	1560	

Менюготавливаемых блюд

С 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 3	Каша молочная ячневая с маслом	180	4.05	5.31	19.8	143.1	№ 14/4
Завтрак	Бутерброд с маслом	40/10	3.2	11.46	19.46	194.6	№ 1
	Напиток из цикория с молоком	180	2.61	2.8	17.6	103.5	№ 34/10
Итого за завтрак		410	9.86	19.57	56.86	441.2	
2 завтрак	Напиток Витошка	150	0	0	14.25	56.25	
Итого за 2 завтрак		150	0	0	14.25	56.25	
Обед	Свекольник со сметаной	180	2.07	4.4	12.87	93	№ 5/2
	Греча отварная с овощами	140	8.0	6.34	35.28	233	№ 44/3
	Биточек из говядины	70	9.97	9.71	4.55	145.25	№ 14/8
	Зелёный горошек	50	1.55	1.85	3.2	36	№ 1/1
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Кисель	180	0	0	18	68.4	№ 319
Итого за обед		690	26.98	24.4	113	782.65	
Полдник	Рыба запеченная в омлете	100	18.9	9.33	2.66	168	№ 83
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	№10/10
Итого за полдник		260	18.9	9.33	11.76	203	
Итого за день			55.74	53.3	195.8	1483	

Менюготавливаемых блюд

С 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	180	4.5	5.31	23.04	169.2	№ 19/4
Завтрак	Бутерброд с сыром	40/10	6.5	3.86	18.6	138.6	№ 3
	Какао с молоком	180	3.48	3.13	20.61	121.5	№ 14/10
Итого за завтрак		410	14.48	12.3	62.25	429.3	
2 завтрак	Фрукт	100	1.5	0.1	19.2	89	
Итого за 2 завтрак		100	1.5	0.1	19.2	89	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	7.11	6.84	14.3	149.4	№ 17/2
	Картофельное пюре с морковью	140	2.89	3.92	19.22	126	№ 4/3
	Биточек из рыбы	70	9.62	1.4	5.6	73.5	№ 9/7
	Салат здоровье	50	0.75	2.5	3.6	40	№ 36
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.81	0.045	18.54	80.1	№ 309
Итого за обед		690	26.57	16.8	96.12	652.4	
Полдник	Булочка с повидлом	100	7.33	7.33	59.3	336	№ 17/12
	Йогурт питьевой	200	8.15	3.03	11.83	112	
Итого за полдник		300	15.48	10.36	71.11	448	
Итого за день			58.0	39.56	248.7	1618	

Менюготавливаемых блюд

С 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 5	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом	180	4.59	5.29	22.21	154.8	№18/4
Завтрак	Хлеб, яйцо отварное	40/1/2	5.18	0.62	13.82	104.3	№ 1/6
	Кофейный напиток с молоком	180	2.71	2.59	12.02	80.1	№ 13/10
Итого за завтрак		420	12.48	8.5	48.05	339.2	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0	9.1	38	
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0	9.1	38	
Обед	Рассольник с крупой и сметаной	180	4.2	4.3	12.5	89.1	№ 11/2
	Макаронные изделия отварные	140	4.9	3.5	30.24	175	№ 43/3
	Фрикадельки из говядины	70	10.58	11.2	5.25	164.5	№ 22/8
	Салат студенческий	50	1.75	5.87	3.12	72.5	
	Хлеб пшеничный обогащ	70	5.39	2.1	34.86	183.4	
	Компот из плодов и ягод сушеных	180	1.17	0.09	29.16	117	№ 308
Итого за обед		690	27.99	27.0	115.13	801.5	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	100	13.6	11.8	12.7	213	№ 13/5
	Чай с сахаром	200	0	0	9.1	35	№ 10/10
Итого за полдник		300	13.6	11.8	21.8	248	
Итого за день			54.57	47.3	194	1426	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 620742407212716292896657514693751711534004166527

Владелец Кондрашина Наталья Аркадьевна

Действителен с 23.09.2024 по 23.09.2025