



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 Г.  
1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША "ДРУЖБА"	150	4,65	7,50	20,10	188,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>6,99</b>	<b>12,50</b>	<b>46,20</b>	<b>339,56</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,32	1,34	1,75	20,38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/25	7,14	2,80	10,93	90,41
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	19,15	14,66	29,64	391,10
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	12,53	52,38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>28,05</b>	<b>19,10</b>	<b>65,33</b>	<b>595,06</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>8,10</b>	<b>4,09</b>	<b>36,56</b>	<b>219,50</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,51	2,00	2,72	29,82
ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА с картофелем	100	7,19	7,36	14,20	144,14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170	0,06	0,00	9,86	40,01
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>8,18</b>	<b>9,76</b>	<b>36,58</b>	<b>260,97</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>52,07</b>	<b>45,60</b>	<b>199,52</b>	<b>1479,58</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША "ДРУЖБА"	180	5,58	9,00	24,12	225,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>7,94</b>	<b>18,12</b>	<b>50,26</b>	<b>414,55</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,98	4,05	11,89	106,01
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25	5,83	3,90	15,90	197,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,81	18,22	36,84	443,88
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	15,04	62,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	15,72	61,19
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>665</b>	<b>32,55</b>	<b>26,57</b>	<b>95,39</b>	<b>874,73</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,77</b>	<b>1,65</b>	<b>36,72</b>	<b>193,19</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,81	3,01	4,25	86,00
ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА с картофелем	100	7,19	7,36	14,20	144,14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	11,82	47,88
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>8,49</b>	<b>10,77</b>	<b>40,07</b>	<b>327,02</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>59,55</b>	<b>57,27</b>	<b>238,33</b>	<b>1878,51</b>

Технолог \_\_\_\_\_

«Согласовано»  
Директор



2 день 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1.5-3 года</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,51	14,79	2,96	195,20
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,68	3,03	14,66	101,71
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	350	20,74	21,64	34,84	411,91
<b>II Завтрак 1.5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Обед 1.5-3 года</b>					
КУКУРУЗА (ПОРЦИОННО)	30	0,90	0,06	1,89	11,64
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,31	4,48	7,64	74,48
СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	10,60	6,60	1,50	107,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,53	2,24	2,20	31,35
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	110	2,87	2,79	28,01	147,74
КИСЕЛЬ	150	0,08	0,08	20,93	84,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
Итого за прием пищи:	530	17,41	16,43	72,65	497,75
<b>Полдник 1.5-3 года</b>					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,03	3,39	37,11	170,10
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
Итого за прием пищи:	220	10,13	3,56	43,91	222,80
<b>Ужин 1.5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0,57	1,04	3,33	24,88
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,93	5,99	26,71	155,96
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	6,93	7,99	60,76	313,44
Всего за день:		55,96	49,77	227,01	1510,40
<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,40	19,08	3,65	248,12
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,16	3,42	16,34	113,94
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	24,13	26,32	37,21	477,06
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	90,02
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,89	90,02
<b>Обед 3-7 лет</b>					
КУКУРУЗА (ПОРЦИОННО)	50	1,50	0,10	3,15	19,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,57	5,36	9,19	89,49
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	14,84	9,24	2,10	149,80
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,80	3,36	3,30	47,03
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	130	3,15	3,65	33,12	177,90
КИСЕЛЬ	180	0,10	0,10	25,12	101,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
Итого за прием пищи:	660	23,28	21,99	86,46	626,11
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	6,98	6,84	52,11	257,48
КЕФИР	180	5,41	0,18	7,21	55,86
Итого за прием пищи:	250	12,39	7,02	59,32	313,34
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,70	2,05	4,09	86,54
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	170	3,77	1,98	29,80	227,70
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	450	6,92	5,00	66,10	452,78
Всего за день:		67,52	60,49	264,98	1959,31

"Согласовано"

Директор \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 Г.

**3 день**



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,50	6,20	28,60	193,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
БАТОН	25	1,88	0,73	14,35	65,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>10,24</b>	<b>13,24</b>	<b>58,42</b>	<b>389,19</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,79	2,28	15,39	74,66
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,22	14,35	18,65	255,89
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	0,23	0,00	24,60	100,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>17,80</b>	<b>16,84</b>	<b>69,87</b>	<b>476,04</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>2,34</b>	<b>0,96</b>	<b>42,33</b>	<b>180,30</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	16,80	14,61	62,34	397,75
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,37	6,26	40,93	209,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	10,48	42,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>22,26</b>	<b>20,87</b>	<b>113,75</b>	<b>649,74</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>53,39</b>	<b>52,06</b>	<b>299,22</b>	<b>1759,77</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,60	7,44	34,32	231,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>11,73</b>	<b>18,74</b>	<b>67,05</b>	<b>478,29</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	90,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>90,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,18	4,41	18,51	104,92
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	10,30	11,23	19,16	220,43
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,00	29,52	120,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>15,65</b>	<b>16,02</b>	<b>88,90</b>	<b>531,73</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	20,28	81,12
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,75</b>	<b>1,45</b>	<b>48,98</b>	<b>212,12</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	18,75	16,19	68,03	437,67
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,37	6,26	40,93	209,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	11,82	47,88
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>24,21</b>	<b>22,45</b>	<b>120,78</b>	<b>594,74</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>56,14</b>	<b>58,82</b>	<b>341,60</b>	<b>2006,90</b>

Технолог \_\_\_\_\_



*[Handwritten signature]*



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 г.

**4 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	6,20	7,90	25,70	199,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7,91</b>	<b>12,70</b>	<b>50,72</b>	<b>342,80</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,51	2,00	2,72	29,92
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,59	4,48	12,99	101,52
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	6,14	2,48	6,80	72,05
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,79	2,63	12,78	84,71
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	150	0,12	0,05	14,93	60,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>15,47</b>	<b>11,82</b>	<b>60,70</b>	<b>389,88</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
РЯЖЕНКА	170	5,10	1,70	7,14	68,00
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	1,59	4,71	21,42	129,64
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>6,69</b>	<b>6,41</b>	<b>28,56</b>	<b>197,64</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,56	2,03	3,47	34,69
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	8,54	8,20	8,25	132,54
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	110	12,29	3,26	25,69	181,29
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	10,48	42,80
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>23,73</b>	<b>14,36</b>	<b>65,11</b>	<b>469,92</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>54,55</b>	<b>45,44</b>	<b>219,94</b>	<b>1464,74</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,44	9,48	30,84	238,80
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>9,17</b>	<b>14,29</b>	<b>57,35</b>	<b>388,54</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	3,01	4,23	95,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,59	6,42	12,99	118,96
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,58	4,17	9,51	106,98
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,29	3,85	15,12	107,02
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,15	0,06	17,92	73,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>20,05</b>	<b>17,85</b>	<b>80,73</b>	<b>583,49</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,24
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	1,61	4,71	24,72	142,92
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>245</b>	<b>7,63</b>	<b>6,72</b>	<b>33,15</b>	<b>223,16</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,75	2,96	5,48	51,98
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	11,95	11,48	11,55	185,56
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	130	14,52	3,84	30,36	214,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	10,48	42,80
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>29,56</b>	<b>19,15</b>	<b>75,09</b>	<b>573,18</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>67,21</b>	<b>58,18</b>	<b>262,21</b>	<b>1837,39</b>

Технолог \_\_\_\_\_



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 г.

**5 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	150	5,64	4,94	13,83	123,25
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,63</b>	<b>12,72</b>	<b>40,46</b>	<b>316,49</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	30	0,42	3,03	2,40	38,41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150	1,38	4,50	6,79	70,59
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	6,99	10,02	7,44	153,84
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,33	3,23	35,38	146,67
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
КИСЕЛЬ	150	0,08	0,08	20,93	84,75
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>17,06</b>	<b>23,98</b>	<b>85,58</b>	<b>571,55</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7,35</b>	<b>1,04</b>	<b>24,02</b>	<b>131,30</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,36	2,98	4,57	46,95
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	22,86	16,09	43,35	401,24
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>23,28</b>	<b>19,07</b>	<b>56,76</b>	<b>483,74</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>58,07</b>	<b>56,96</b>	<b>221,67</b>	<b>1567,68</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	6,93	7,42	17,96	167,35
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,01	2,43	12,48	84,44
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>11,10</b>	<b>15,45</b>	<b>41,64</b>	<b>351,74</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,18	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,18</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	50	0,75	1,05	4,36	29,80
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	1,61	5,50	8,07	85,07
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	12,57	14,99	10,42	224,10
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,11	4,58	41,82	180,25
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	17,77	71,07
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>23,23</b>	<b>29,41</b>	<b>105,56</b>	<b>708,47</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,77</b>	<b>1,65</b>	<b>36,72</b>	<b>193,19</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,46	1,05	4,34	29,38
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	25,62	17,88	46,52	441,63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	9,82	39,51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>26,15</b>	<b>18,93</b>	<b>60,68</b>	<b>510,52</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>71,05</b>	<b>65,60</b>	<b>260,49</b>	<b>1832,94</b>

Технолог \_\_\_\_\_

"Согласовано"

Директор



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 Г.

6 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	8,21	8,62	30,07	220,79
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	365	10,55	13,62	56,17	372,34
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	30	0,54	1,03	2,57	20,90
РАССОЛЬНИК МОСКОВСКИЙ	150	1,52	3,62	11,04	79,69
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	9,14	4,48	6,80	92,05
РИС С ОВОЩАМИ	110	2,71	4,73	27,59	163,83
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	12,53	52,38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
Итого за прием пищи:	510	15,45	14,16	71,01	449,64
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого за прием пищи:	200	1,59	2,05	39,99	185,10
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,32	1,34	1,75	20,38
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	8,99	10,02	7,44	153,84
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,80	2,63	12,73	84,55
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	9,90	40,46
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	14,45	14,86	49,04	377,83
Всего за день:		42,79	44,84	231,06	1449,41

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,85	10,34	36,08	275,95
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	9,82	39,51
Итого за прием пищи:	400	11,08	15,94	57,10	415,41
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,85	69,02
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,85	69,02
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	50	0,82	1,06	4,29	28,63
РАССОЛЬНИК МОСКОВСКИЙ	180	1,89	6,57	13,19	115,20
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	14,59	7,15	10,85	192,21
РИС С ОВОЩАМИ	130	3,22	6,75	32,62	204,16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	15,04	62,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,95	81,58
Итого за прием пищи:	660	23,31	22,02	96,95	684,63
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,87	112,89
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого за прием пищи:	220	1,60	2,06	42,75	196,29
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,51	2,22	2,90	33,95
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	12,57	14,02	10,42	215,37
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,29	3,08	15,11	100,10
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	9,90	40,46
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	460	18,71	20,19	55,55	468,48
Всего за день:		55,50	60,37	266,24	1833,83

Технолог \_\_\_\_\_



*[Handwritten signature]*

МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 г.



**7 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	2,20	4,40	25,50	150,00
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,66	3,03	14,66	101,71
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>9,68</b>	<b>10,96</b>	<b>51,64</b>	<b>340,51</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	30	0,59	2,04	1,95	28,73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,74	4,21	12,05	97,44
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПОВ	10	1,10	0,10	7,90	37,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	105	2,29	4,03	18,28	105,23
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	6,54	8,20	8,25	132,54
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	150	0,05	0,05	12,69	51,57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>17,63</b>	<b>18,81</b>	<b>71,60</b>	<b>493,30</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
РЯЖЕНКА	170	5,10	1,70	7,14	68,00
БАТОН	30	2,25	0,67	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7,35</b>	<b>2,37</b>	<b>24,36</b>	<b>146,60</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	18,44	14,68	32,99	330,54
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,54	1,89	3,79	32,61
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,03	3,39	37,11	170,10
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,19</b>	<b>20,05</b>	<b>87,39</b>	<b>587,25</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>59,60</b>	<b>62,54</b>	<b>249,84</b>	<b>1632,16</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,64	5,28	30,60	180,00
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,37	16,30	113,01
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,54</b>	<b>12,18</b>	<b>58,38</b>	<b>381,81</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	50	0,99	3,40	3,25	47,88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,47	5,06	14,48	116,92
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПОВ	10	1,10	0,10	7,90	37,00
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	11,95	12,45	11,55	194,29
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,64	5,04	22,85	130,62
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,05	0,05	15,22	61,90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>24,05</b>	<b>26,45</b>	<b>96,01</b>	<b>670,19</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,24
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,77</b>	<b>3,46</b>	<b>37,13</b>	<b>211,24</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	180	22,14	17,61	39,57	396,67
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,82	2,85	5,67	48,93
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,03	3,39	37,11	170,10
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>28,19</b>	<b>23,95</b>	<b>97,34</b>	<b>675,64</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>73,35</b>	<b>66,20</b>	<b>304,75</b>	<b>2007,90</b>

Технолог \_\_\_\_\_

"Согласовано"   
 Директор



МЕНЮ НА

2024 г.

8 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	7,40	7,35	26,90	188,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,74</b>	<b>13,04</b>	<b>51,60</b>	<b>341,95</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,32	1,99	3,44	33,11
СУП С КЛЕЦКАМИ	150	11,75	13,44	11,85	206,52
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	6,14	2,48	6,80	72,05
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	110	3,05	3,09	31,80	151,53
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	12,53	52,38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>22,70</b>	<b>21,30</b>	<b>76,90</b>	<b>556,38</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>2,34</b>	<b>0,96</b>	<b>42,33</b>	<b>180,30</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,45	18,34	1,72	209,69
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,08	0,00	10,44	42,38
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>11,43</b>	<b>19,32</b>	<b>33,44</b>	<b>351,47</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>45,96</b>	<b>54,77</b>	<b>219,12</b>	<b>1494,60</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	8,88	8,82	32,28	225,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,24</b>	<b>14,52</b>	<b>58,47</b>	<b>385,49</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,54	3,31	5,72	55,17
СУП С КЛЕЦКАМИ	180	14,10	16,14	14,25	247,81
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,58	4,48	9,51	109,59
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	130	3,61	4,82	37,60	189,63
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	15,04	62,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>29,62</b>	<b>29,22</b>	<b>103,08</b>	<b>746,63</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,87	112,89
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,85</b>	<b>1,55</b>	<b>56,57</b>	<b>243,89</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,29	23,81	2,24	272,62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	11,60	47,08
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>14,28</b>	<b>24,79</b>	<b>35,12</b>	<b>419,10</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>58,79</b>	<b>70,24</b>	<b>269,13</b>	<b>1864,13</b>

Технолог \_\_\_\_\_



"Согласовано"  
Директор \_\_\_\_\_



№ \_\_\_\_\_ 2024 Г.

9 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,20	4,40	25,50	150,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>6,56</b>	<b>11,29</b>	<b>52,45</b>	<b>333,09</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,32	1,34	1,75	20,38
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,30	4,11	8,23	73,66
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	9,08	10,72	8,04	161,40
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,33	3,23	35,38	146,67
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,36	0,15	15,80	72,87
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>17,25</b>	<b>22,87</b>	<b>81,84</b>	<b>552,37</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	2,68	1,01	31,09	143,38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>220</b>	<b>7,78</b>	<b>1,18</b>	<b>37,89</b>	<b>196,08</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	40	0,32	0,04	1,00	5,60
РАГУ ОВОЩНОЕ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,46	12,21	17,72	214,87
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>14,21</b>	<b>13,21</b>	<b>49,44</b>	<b>353,07</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>46,55</b>	<b>48,50</b>	<b>236,47</b>	<b>1499,11</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,64	5,28	30,60	180,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	17,16	103,65
БАТОН	35	2,63	1,02	20,09	91,70
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>8,44</b>	<b>12,86</b>	<b>67,89</b>	<b>412,75</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,51	2,22	2,90	33,95
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,56	4,92	9,87	88,39
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	10,61	13,44	9,39	196,76
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,12	4,99	41,82	183,88
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,44	0,17	18,96	87,46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>21,43</b>	<b>29,03</b>	<b>106,06</b>	<b>708,62</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	2,68	1,01	31,09	143,38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>8,70</b>	<b>1,21</b>	<b>39,11</b>	<b>205,57</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	50	0,40	0,05	1,25	7,00
РАГУ ОВОЩНОЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	15,23	16,25	23,62	266,47
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>18,08</b>	<b>17,27</b>	<b>57,08</b>	<b>432,01</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>57,45</b>	<b>60,53</b>	<b>286,03</b>	<b>1827,97</b>

Технолог \_\_\_\_\_

"Согласовано"  
Директор \_\_\_\_\_



МЕНЮ НА \_\_\_\_\_ 2024 Г.

10 день



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,37	4,42	17,35	113,89
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,66	3,03	14,66	101,71
Итого за прием пищи:	360	11,85	10,98	43,49	304,40
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,51	2,00	2,72	20,82
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ	150	1,43	3,55	7,80	67,25
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	25/25	8,13	5,26	2,44	97,27
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,36	27,52	150,38
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	0,23	0,00	24,60	100,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,16	10,46	40,79
Итого за прием пищи:	510	14,25	14,35	75,56	486,01
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70
Итого за прием пищи:	210	2,34	0,96	42,33	180,30
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	8,99	10,02	7,44	153,84
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,29	4,03	18,28	105,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	14,13	17,86	53,94	409,82
Всего за день:		43,32	44,30	230,17	1445,03
<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,25	7,39	20,82	155,54
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,57	2,01	0,00	24,72
БАТОН	35	2,63	1,02	20,09	91,70
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,37	18,30	113,01
Итого за прием пищи:	422	13,53	13,79	57,21	384,97
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,82	3,34	4,51	49,68
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ	180	1,67	6,49	9,28	100,27
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	35/35	11,38	8,23	3,41	144,15
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,10	3,96	32,47	177,45
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,00	29,52	120,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
Итого за прием пищи:	650	19,90	22,37	100,15	673,73
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,87	112,89
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
Итого за прием пищи:	250	3,85	1,55	56,57	243,89
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	12,57	14,02	10,42	215,37
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,71	4,76	21,82	124,36
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	9,82	39,51
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	460	18,14	22,59	61,24	494,44
Всего за день:		56,22	60,46	291,05	1856,05

Технолог \_\_\_\_\_