

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий



10.02 2025 г

1 день

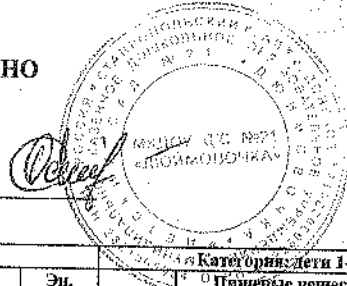
№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
227	Яйца вареные	40	5,0	4,5	0,3	61,3	40	5,00	4,50	0,30	61,30
364	Капуста тушеная	130	3,1	4,5	13,1	107,9	120	2,90	4,20	12,40	99,90
3	бургер/брод с сыром	30/5/10	4,4	7,7	15,5	149,1	20/5/10	3,6	7,4	10,1	122,9
411	Чай с сахаром	180/8	0,0	0,0	9,8	39,2	150/7	0	0	6,8	27,1
	<b>итого</b>	<b>405</b>	<b>12,5</b>	<b>16,7</b>	<b>38,7</b>	<b>387,5</b>	<b>352</b>	<b>11,5</b>	<b>16,1</b>	<b>29,6</b>	<b>311,7</b>
<b>10:00</b>											
418	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>
<b>Обед</b>											
134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	50	1,1	2,7	5,1	53,5	40	0,80	2,20	4,00	42,80
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,6	2,1	13,8	84,3	150	2,2	1,7	11,5	70,2
	птица отварная	70	15,1	13,0	0,2	177,7	50	10,80	9,20	0,10	126,90
321	Пюре картофельное с маслом сливочным	130/3	2,7	3,3	18,5	114,8	120/3	2,50	3,20	17,10	107,80
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,5	0,1	10	47,4
	Хлеб рисовой	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,30	0,20	8,50	40,80
387	кисель из сухофруктов	180	0,0	0,0	26,4	105,5	150	0,00	0,00	22,00	87,90
	<b>Итого</b>	<b>673</b>	<b>25,8</b>	<b>21,6</b>	<b>91,8</b>	<b>668,0</b>	<b>553</b>	<b>19,10</b>	<b>16,60</b>	<b>73,20</b>	<b>523,80</b>
<b>Полдник</b>											
474	Булочка Росинка	70	5,1	5,9	41,5	239,0	50	3,7	4,2	29,7	170,8
387	Какао с молоком	180	2,8	2,4	13,6	87,7	150	2,3	2	11,3	73,1
	<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>7,9</b>	<b>8,3</b>	<b>55,1</b>	<b>326,7</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>6,20</b>	<b>41,00</b>	<b>243,90</b>

Индивидуальный предприниматель

А.М. Петросян



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий



Месяц Н. 02 2025г

День 2

№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
199	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	3,4	5,9	16,5	133,4	150/3	2,9	5,0	13,7	111,6
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	1,6	6,4	10,9	107,4	20/5	1,2	4,6	7,8	76,7
413	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	12,9	82,0	150	2,1	1,8	10,8	68,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>7,5</b>	<b>14,5</b>	<b>40,3</b>	<b>322,8</b>	<b>328</b>	<b>6,2</b>	<b>11,4</b>	<b>32,3</b>	<b>256,6</b>
<b>II Завтрак</b>											
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>45,6</b>	<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,0</b>	<b>43,3</b>
<b>Обед</b>											
	ОВОЩИ СОЛЕНЫЙ ( )	50	0,9	0,0	1,5	11,2	40	0,7	0,0	1,2	8,9
63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	1,4	4,0	9,0	80,1	150/3	1,2	3,4	7,5	67,8
303	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70	9,1	9,4	8,5	154,3	50	6,5	6,7	6,0	110,1
179	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	7,3	4,3	33,2	200,7	120/3	6,8	4,2	30,7	187,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,0	82,0	150	0,1	0,1	16,7	68,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>676</b>	<b>23,1</b>	<b>18,3</b>	<b>100,0</b>	<b>660,5</b>	<b>556</b>	<b>18,1</b>	<b>14,7</b>	<b>80,6</b>	<b>530,6</b>
<b>Полдник</b>											
219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	70/10	13,3	11,0	14,3	216,8	50/20	9,7	7,8	10,4	154,4
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>270</b>	<b>13,3</b>	<b>11,0</b>	<b>24,0</b>	<b>255,5</b>	<b>212</b>	<b>9,7</b>	<b>7,8</b>	<b>17,2</b>	<b>181,5</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>44,3</b>	<b>44,2</b>	<b>173,8</b>	<b>1 284,4</b>		<b>34,4</b>	<b>34,3</b>	<b>139,1</b>	<b>1 012,0</b>

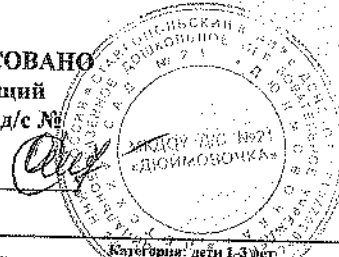
Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий  
МКДОУ д/с №1

Меню 13.09 2025 г



Дети 4

№ рецепта	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
211	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180/3/3	9,5	9,4	41,0	287,9	120/3/3	6,4	7,9	27,8	209,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>406</b>	<b>11,8</b>	<b>9,6</b>	<b>65,8</b>	<b>397,6</b>	<b>303</b>	<b>7,9</b>	<b>8,0</b>	<b>44,6</b>	<b>283,6</b>
<b>II Завтрак</b>											
399	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,5	0,5	11,4	54,5	95	0,4	0,4	10,8	51,7
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,4</b>	<b>54,5</b>	<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>51,7</b>
<b>Обед</b>											
346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,3	1,4	3,3	31,1	40	1,0	1,1	2,6	24,8
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,6	3,2	13,4	101,5	150	3,8	2,7	11,2	84,6
256	КОГЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,6	3,8	7,1	100,9	50	6,8	2,7	5,1	72,0
321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130/3	2,7	3,3	18,5	114,8	120/3	2,5	3,2	17,1	107,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	150	0,5	0,1	23,8	98,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>673</b>	<b>23,0</b>	<b>12,3</b>	<b>98,6</b>	<b>598,4</b>	<b>553</b>	<b>17,4</b>	<b>10,1</b>	<b>78,3</b>	<b>475,7</b>
<b>Подливки</b>											
444	ОЛАДЬИ С ПОВИДОМ	70/5	5,3	8,5	31,6	224,2	70/5	5,3	8,5	31,6	224,2
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>265</b>	<b>5,3</b>	<b>8,5</b>	<b>41,3</b>	<b>262,9</b>	<b>232</b>	<b>5,3</b>	<b>8,5</b>	<b>38,4</b>	<b>251,3</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>30,9</b>	<b>217,1</b>	<b>1 313,4</b>		<b>31,0</b>	<b>27,0</b>	<b>172,1</b>	<b>1 062,3</b>

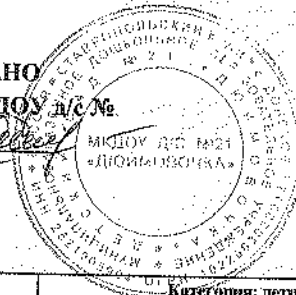
Индивидуальный предприниматель

А.М. Петросян



СОГЛАСОВАНО  
ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ д/с №

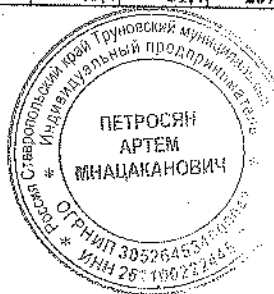
Меню 14.02 2025 г



№ рецепта	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
190	КАША "ДРУЖБА"	180/3	5,4	6,0	24,1	173,0	150/3	4,6	9,0	20,2	180,8
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,2	8,4	14,1	171,1	20/5	1,6	4,2	10,1	84,8
433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22,3	120,6	150	2,8	2,4	13,6	87,7
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>403</b>	<b>10,2</b>	<b>16,7</b>	<b>60,5</b>	<b>434,7</b>	<b>328</b>	<b>9,0</b>	<b>15,6</b>	<b>43,9</b>	<b>353,3</b>
<b>II Завтрак</b>											
418	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>
<b>Обед</b>											
	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	40	0,3	0,0	0,7	5,2
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	1,3	4,1	6,2	68,5	150/3	1,1	3,5	5,2	58,2
312	ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70/30	17,4	23,3	1,9	287,0	50/20	13,5	18,1	1,3	221,7
331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/3	4,7	3,0	30,2	166,4	120/3	4,4	2,9	27,9	155,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	10,3	43,3	150	0,1	0,1	8,6	36,2
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>706</b>	<b>28,2</b>	<b>31,1</b>	<b>77,3</b>	<b>703,9</b>	<b>576</b>	<b>22,2</b>	<b>24,9</b>	<b>62,2</b>	<b>565,0</b>
<b>Полдник</b>											
	ПРЯНИКИ	70	4,1	3,3	52,5	256,2	50	3,0	2,4	37,5	183,0
435	КЕФИР, РЯЖЕНКА	180	5,4	0,2	7,2	55,8	150	4,5	0,2	6,0	46,5
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>250</b>	<b>9,5</b>	<b>3,5</b>	<b>59,7</b>	<b>312,0</b>	<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>2,6</b>	<b>43,5</b>	<b>229,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>48,4</b>	<b>51,4</b>	<b>207,3</b>	<b>1 492,3</b>	<b>38,5</b>	<b>39,1</b>	<b>164,3</b>	<b>1 169,4</b>		

Индивидуальный предприниматель

А.М. Петросян



Меню 1702 2025г

СОГЛАСОВАНО  
ЗАВЕДУЮЩИЙ М/ДОУ №21



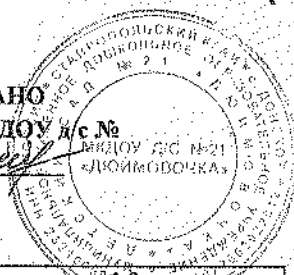
День 6

№ рецепта	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. эд, г			Белки, г	Жиры, г	Углевод. эд, г	
	Завтрак										
229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,6	19,1	2,2	227,0	105	10,1	16,7	1,9	198,6
к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	50	1,5	0,1	3,2	19,4	50	1,5	0,1	3,2	19,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
412	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,0	0,0	9,8	40,1	150/7/3	0,0	0,0	6,9	28,1
	Итого за прием пищи:	397	15,4	19,4	30,3	357,5	335	13,1	16,9	22,0	293,5
	II Завтрак										
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
	Обед										
354	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	2,1	4,1	5,1	65,1	40	1,7	3,2	4,0	52,0
82	БОРИЦ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	2,6	3,6	10,8	88,2	150/3	2,2	3,1	9,1	74,6
321	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	15,5	11,9	24,0	264,9	120	14,3	11,0	22,2	244,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИГОВНИКА	180	0,6	0,2	16,6	82,1	150	0,5	0,2	13,8	68,4
	Итого за прием пищи:	603	25,1	20,3	84,3	632,5	503	21,5	17,8	67,6	528,0
	Полдник										
473	БУЛОЧКА ВЕСЛУНКА	70	5,0	4,2	38,1	212,7	50	3,6	3,6	27,2	152,0
419	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,5	4,8	9,1	101,7	150	4,6	4,6	7,6	84,8
Индивиду	Итого за прием пищи:	250	10,5	9,0	47,2	314,4	200	8,2	8,2	34,8	236,8
	Всего за день:		51,4	49,1	171,3	1350,0		43,2	43,2	133,4	1101,6



СОГЛАСОВАНО  
ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ №21

Меню 19.02 2025г



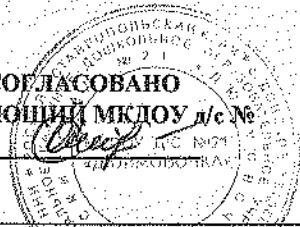
День: 7

№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак										
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ	180	4,1	3,5	15,6	111,6	150	3,4	2,9	13,0	93,0
13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	37,5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	180/8	0,0	0,0	6,8	27,1
	Итого за прием пищи:	405	6,5	7,9	40,5	258,8	363	5,0	7,2	29,9	205,0
	II Завтрак										
399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	Обед										
346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,3	1,4	3,3	31,1	40	1,0	1,1	2,6	24,8
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУНОЙ	180	2,7	2,0	14,1	85,7	150	2,2	1,7	11,8	71,4
247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70/30	6,9	3,8	2,6	72,2	50/20	4,9	2,7	1,8	51,6
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	2,7	3,3	18,5	114,9	120/3	2,5	3,2	17,1	107,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	150	0,5	0,1	23,8	98,3
	Итого за прием пищи:	703	18,4	11,1	94,8	554,0	573	13,9	9,1	75,6	442,2
	Полдник										
483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	70	4,1	7,8	42,6	259,7	50	2,9	5,6	30,5	185,7
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	Итого за прием пищи:	260	4,1	7,8	52,3	298,4	207	2,9	5,6	37,3	212,8
	Всего за день:		29,5	26,9	197,4	1 152,9		22,3	22,0	152,6	901,7



Меню 19.02 2025 г

СОГЛАСОВАНО  
ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ д/с №



День 8

№ рецепта	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	<b>Завтрак</b>										
184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180/3	7,0	6,8	28,7	204,0	150/3	5,8	6,1	23,9	174,0
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,1	7,0	12,9	131,4	20/5/10	3,7	6,9	10,1	117,9
394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	12,9	82,0	150	2,1	1,8	10,8	68,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>408</b>	<b>13,6</b>	<b>16,0</b>	<b>54,5</b>	<b>417,4</b>	<b>338</b>	<b>11,6</b>	<b>14,8</b>	<b>44,8</b>	<b>360,2</b>
	<b>II Завтрак</b>										
370	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	95	0,4	0,4	9,0	43,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>45,6</b>	<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,0</b>	<b>43,3</b>
	<b>Обед</b>										
	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ ( )	50	0,4	0,1	0,9	6,5	40	0,3	0,0	0,7	5,2
63	БОРИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	1,5	4,0	9,4	82,0	150/3	1,3	3,4	7,9	69,3
299	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	70/20	10,7	11,9	11,6	198,4	50/20	8,4	9,4	9,4	158,2
179	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	7,3	4,3	33,3	201,0	120/3	6,8	4,2	30,8	187,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
397	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	26,4	105,5	150	0,0	0,0	22,0	87,9
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>696</b>	<b>24,2</b>	<b>20,8</b>	<b>109,4</b>	<b>725,6</b>	<b>576</b>	<b>19,6</b>	<b>17,3</b>	<b>89,3</b>	<b>596,4</b>
	<b>Полдник</b>										
219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	70/10	13,3	11,0	14,3	216,8	50/5	2,3	2,0	11,3	73,1
416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	13,6	87,7	150	9,7	7,8	10,4	154,4
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>260</b>	<b>16,1</b>	<b>13,4</b>	<b>27,9</b>	<b>304,5</b>	<b>205</b>	<b>12,0</b>	<b>9,8</b>	<b>21,7</b>	<b>227,5</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>54,3</b>	<b>50,6</b>	<b>201,3</b>	<b>1 493,1</b>		<b>43,6</b>	<b>42,3</b>	<b>164,8</b>	<b>1 227,4</b>



Меню 2002 2025 г

СОГЛАСОВАНО  
ЗАВЕДУЮЩИЙ М/ДОУ №21  
«ДОШИМОВОЧКА»



День 9

№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
182	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	6,2	4,9	31,9	195,6	150/3	5,2	4,4	26,7	166,9
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,2	8,4	14,1	141,1	20/5	1,6	4,2	10,1	84,8
393	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,1	0,0	10,0	41,7	150/7/3	0,1	0,0	7,0	28,8
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>420</b>	<b>8,5</b>	<b>13,3</b>	<b>56,0</b>	<b>378,4</b>	<b>338</b>	<b>6,9</b>	<b>8,6</b>	<b>43,8</b>	<b>280,5</b>
<b>II Завтрак</b>											
418	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>
<b>Обед</b>											
134	СВЕКЛА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАНЕ	50	1,0	2,8	5,0	43,4	40	0,8	2,3	4,0	43,2
105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	2,7	3,6	15,8	106,6	150	2,3	3,0	13,2	89,1
309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	70/130	14,7	17,1	18,3	324,1	50/120	13,2	15,3	16,4	257,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	11,2	47,4	150	0,1	0,1	9,3	39,6
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>670</b>	<b>22,8</b>	<b>24,1</b>	<b>78,1</b>	<b>653,7</b>	<b>550</b>	<b>19,4</b>	<b>21,0</b>	<b>61,4</b>	<b>517,4</b>
<b>Полдник</b>											
460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,5	9,7	39,9	268,6	70	5,5	9,7	39,9	268,6
431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,0	0,0	9,8	40,1	150/7/3	0,0	0,0	6,9	28,2
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>267</b>	<b>5,5</b>	<b>9,7</b>	<b>49,7</b>	<b>308,7</b>	<b>230</b>	<b>5,5</b>	<b>9,7</b>	<b>46,8</b>	<b>296,8</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>37,3</b>	<b>47,2</b>	<b>193,6</b>	<b>1386,1</b>		<b>32,1</b>	<b>39,4</b>	<b>161,8</b>	<b>1136,4</b>





**СОГЛАСОВАНО**  
**ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ**



Меню 21.02 2025 г

День 10

№ рецепт	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
182	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	8,0	5,9	31,0	209,8	150/3	6,7	5,4	25,9	178,8
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	37,5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/8	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>408</b>	<b>10,4</b>	<b>10,3</b>	<b>55,9</b>	<b>357,0</b>	<b>336</b>	<b>8,3</b>	<b>9,7</b>	<b>42,8</b>	<b>290,8</b>
<b>II Завтрак</b>											
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>
<b>Обед</b>											
	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	7,0	40	0,4	0,0	1,0	5,6
77	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	1,4	4,1	6,6	70,9	150/3	1,2	3,5	5,6	60,2
209	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,5	12,1	11,6	197,8	50	8,3	9,6	9,3	157,3
179	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	5,6	3,0	32,8	180,7	130/3	5,6	3,0	32,8	180,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	150	0,5	0,1	23,8	98,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>696</b>	<b>22,9</b>	<b>19,8</b>	<b>108,5</b>	<b>706,5</b>	<b>566</b>	<b>18,8</b>	<b>16,5</b>	<b>91,0</b>	<b>590,3</b>
<b>Полдник</b>											
444	ОЛАДЬИ С повидлом	70/5	5,3	8,5	31,6	224,2	70/5	5,3	8,5	31,6	224,2
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>265</b>	<b>5,3</b>	<b>8,5</b>	<b>41,3</b>	<b>262,9</b>	<b>232</b>	<b>5,3</b>	<b>8,5</b>	<b>38,4</b>	<b>251,3</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>39,0</b>	<b>39,0</b>	<b>215,5</b>	<b>1 373,4</b>		<b>32,8</b>	<b>35,1</b>	<b>182,0</b>	<b>1 179,4</b>

