



**Ежедневное меню основного (организованного) питания**

**воспитанников МБДОУ ДС № \_\_\_\_\_**

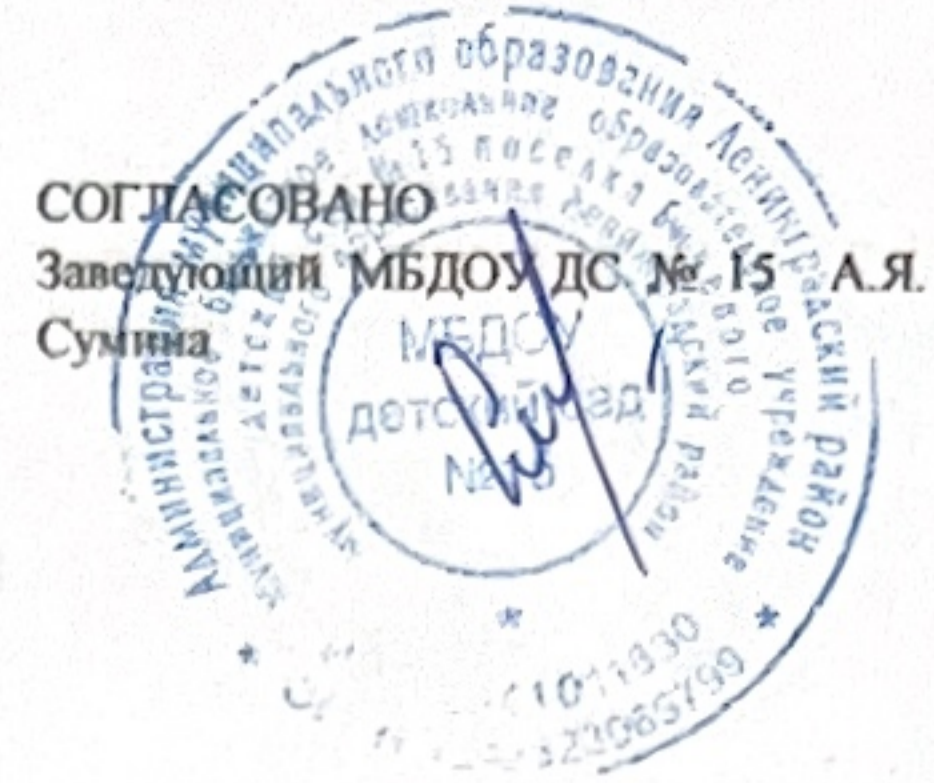
На « \_\_\_\_\_ » 2024 год.

Сезон: лето-осень						
Воспитанники 1-3 года						
Неделя 1 День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)(хлеб пш., масло сл., сыр)	25	3,6	6,5	5	93
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа манная, масло сл., сахар, соль)	150	4,6	4,8	22,9	153
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	160	0,2	0,1	7,6	32
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	16	1,2	0,1	7,9	37,4
Итого за прием пищи:		351	9,6	11,5	43,4	315,4
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		451	10	11,9	53,2	359,4
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч.,	30	0,2	1,8	0,8	20,4
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	150	1,1	2,7	4,2	45
	СМЕТАНА терм. (сметана)	5	0,1	0,8	0,2	7,9
	ГУЛЯШ из отварного мяса (мясо 1 кат., лук репчатый, морковь, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	50/20	6,6	7,2	2,8	108,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	120	1,8	3,5	20,4	120
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	150	0,5	0,1	15,1	63,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за обед:		585	15	16,9	69,3	494,1
Полдник	ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ (мука пш., сахар, молоко 2,5%, масло сл.,	52	2,3	2,9	23,1	127,6
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	150	4,4	3,8	6	75,8
Итого за полдник:		202	6,7	6,7	29,1	203,4
Всего за день:			31,7	35,5	151,6	1056,9
Воспитанники 3-7 лет						
Неделя 1 День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)(хлеб пш., масло сл., сыр)	35	5	9,1	7	130,2
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа манная, масло сл., сахар, соль)	160	4,9	5,2	24,4	163,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	190	0,3	0,1	9	38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
Итого за прием пищи:		415	12,5	14,6	55,2	401,5
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		515	12,9	15	65	445,5
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч.,	50	0,4	3	1,3	34
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	180	1,3	3,2	5	54,1
	СМЕТАНА терм. (сметана)	7	0,2	1,1	0,2	11
	ГУЛЯШ из отварного мяса (мясо 1 кат., лук репчатый, морковь, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	70/20	8,5	9,3	3,6	139,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	140	2,1	4,1	23,8	140,1
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за обед:		742	19	21,7	87,2	627,1
Полдник	ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ (мука пш., сахар, молоко 2,5%, масло сл.,	72	3,2	4	32,1	177,6
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	180	5,3	4,5	7,2	90,9
Итого за полдник:		252	8,5	8,5	39,3	268,5
Всего за день:			40,4	45,2	191,5	1341,1

\* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.





**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
воспитанников МБДОУ ДС № \_\_\_\_\_**

На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год.

Сезон: лето-осень

		Воспитанники 1-3 года				
Неделя 1 День 2 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл.,	130	8,8	11,3	11,9	184,5
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	20	0,1	0	13,2	53,1
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,6	43,3	318,6
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		450	11	12	53,1	362,6
Обед	<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **</b>	30	0,3	0	0,7	4,2
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	150	1,5	2,3	6,7	53,6
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ из птицы (куры I кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль)	50	8,2	8,6	8,1	142,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста б/к, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, соль)	115	2,3	3,9	8,7	79,4
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО (вода питьевая, сок фруктовый, сахар, крахмал карт.)	180	0,4	0,1	20	81
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	13	1	0,2	5,2	26,8
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	15	0,4	0,5	11,6	53,1
Итого за обед:		573	15,52	15,80	70,88	487
Полдник	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	130	3,3	4,4	17,5	122,7
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, коф.напиток)	160	2,2	2,4	10,9	70,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	8	0,6	0,1	3,9	18,7
Итого за полдник:		298	6,1	6,98	32,3	211,8
Всего за день:			32,62	34,78	156,28	1061,4
		Воспитанники 3-7 лет				
Неделя 1 День 2 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл.,	160	10,8	13,9	14,7	227,2
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	30	0,1	0	19,8	79,7
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
Итого за прием пищи:		420	13,4	14,2	58,6	415,1
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		520	13,8	14,6	68,4	459,1
Обед	<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **</b>	50	0,6	0	1,2	7
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	200	2	3,1	8,9	71,4
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ из птицы (куры I кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль)	70	11,4	12	11,3	199,3
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста б/к, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, соль)	135	2,7	4,6	10,3	93,2
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО (вода питьевая, сок фруктовый, сахар, крахмал карт.)	200	0,4	0,1	22,2	90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	25	0,7	0,8	19,3	88,5
Итого за обед:		717	20	21	87	616,8
Полдник	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	180	4,6	6,1	24,3	169,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, коф.напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,1	4,9	23,4
Итого за полдник:		370	7,9	8,5	41,25	272,5
Всего за день:			41,7	44,1	196,65	1348,4

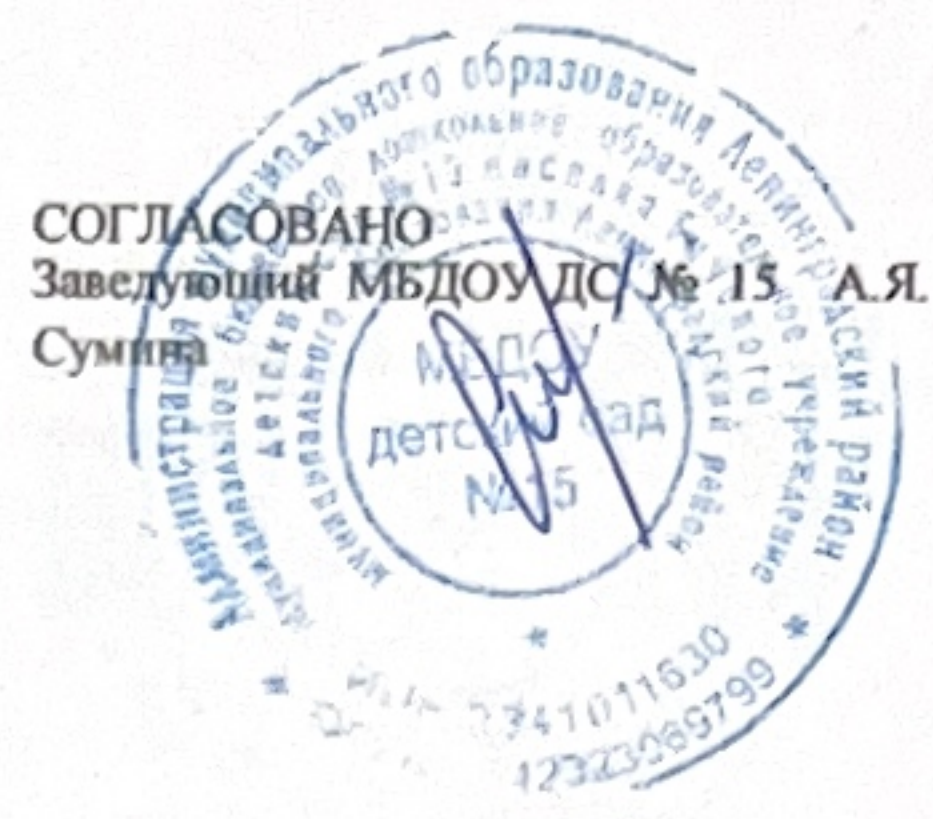
\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\* - допускается выдача иных овощей

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.





Ежедневное меню основного (организованного) питания

воспитанников МБДОУ ДС № \_\_\_\_\_

На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год.

Сезон: лето-осень

Неделя 1 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	8	0,10	5,8	0,1	52,9
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	40	0,4	0	1	5,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ отварной (куры потр. 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подс., соль)	130	8	5,3	16,1	145
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	150	0,2	0,1	7,1	30
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	22	1,7	0,2	10,8	51,5
Итого за прием пищи:		350	10,40	11,4	35,1	285
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за завтрак:		500	11,20	11,6	50,3	349,5
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	30	0,2	0	0,5	3,3
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (вода, картофель, фарш рыбный, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подс., соль)	150	1,4	4,8	11,2	93,3
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	60	6,6	7,1	9,6	139,1
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, мука, сахар, соль)	110	2,1	3,1	10,3	74,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	150	0,5	0,1	15,1	63,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
Итого за обед:		560	15,42	15,80	73,5	505,1
Полдник	БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	160	2,6	2,3	11	75,2
Итого за полдник:		220	5,62	7,2	31,5	213,2
Всего за день:			32,24	34,6	155,3	1067,8
Неделя 1 День 3 Среда	Воспитанники 3-7 лет					
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	60	0,7	0	1,4	8,4
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ отварной (куры потр. 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подс., соль)	155	9,5	6,4	19,2	172,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	180	0,3	0,1	8,6	36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9
Итого за прием пищи:		440	13,3	14,1	46,5	365,3
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за прием пищи:		180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за завтрак:		620	14,2	14,3	64,7	442,7
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	50	0,4	0,1	0,9	5,5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (вода, картофель, фарш рыбный, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подс., соль)	180	1,7	5,7	13,4	112
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	80	8,9	9,4	12,9	185,5
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, мука, сахар, соль)	140	2,7	3,9	13,1	94,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6
Итого за обед:		720	19,7	20	92,1	637,1
Полдник	БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)***	15	2,2	1,5	10,9	65,6
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	10	0,7	0,9	5,6	32,7
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	180	3	2,6	12,4	84,7
Итого за полдник:		250	7,7	8,6	41,1	271,9
Всего за день:			41,6	42,9	197,9	1351,7

\*\* - допускается выдача иных овощей

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.





**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
воспитанников МБОУ ДС № \_\_\_\_\_  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год.**

Сезон: лето-осень

**Воспитанники 1-3 года**

День недели	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1 Лень 4 Четверг	ЗАВТРАК					
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант) (хлеб пш., масло сл., сыр)	25	3,6	6,5	5	93
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневой (молоко 2,5%, крупа гречневая, сахар, масло сл., соль)	150	4,4	4,1	12,7	106,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	150	1,2	1	8,6	48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЬЕ (яблоки, сахар)	50	0,2	0,2	10,9	47,2
	Итого за прием пищи:	385	10,2	12	41,2	315,3
	ЗАВТРАК 2					
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49
	Итого за прием пищи:	100	0,8	0,3	9,6	49
	Итого за завтрак:	485	11	12,3	50,8	364,3
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы)	30	0,4	1,8	1,9	25,3
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (вода, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло подсол., соль)	150	0,9	2,7	2,3	37,1
	СМЕТАНА терм. (сметана)	5	0,1	0,8	0,2	7,9
	БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса (мясо 1 кат, вода питьевая, сметана, мука пш, соль)	60	5,8	6,9	11,8	132,5
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	110	4,1	3,6	21,7	135,3
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (вода питьевая, плоды шиповника, сахар)	180	0,6	0,2	16,5	70,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
	Итого за обед:	580	15,4	16,40	75,2	509,4
	ПОЛДНИК					
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (мука пш., сахар, масло сл., молоко 2,5%, яйца, КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	50	2,2	3,6	22,9	132,9	
	150	4,4	3,8	6	75,8	
Итого за полдник:	200	6,6	7,4	28,9	208,7	
Всего за день:			33	36,1	154,9	1082,4

**Воспитанники 3-7 лет**

День недели	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1 Лень 4 Четверг	ЗАВТРАК					
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант) (хлеб пш., масло сл., сыр)	35	5	9,1	7	130,2
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневой (молоко 2,5%, крупа гречневая, сахар, масло сл., соль)	170	5	4,6	14,4	120,6
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	180	1,4	1,2	10,4	57,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЬЕ (яблоки, сахар)	60	0,2	0,2	13,2	56,8
	Итого за прием пищи:	465	13,2	15,4	53	406,4
	ЗАВТРАК 2					
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49
	Итого за прием пищи:	100	0,8	0,3	9,6	49
	Итого за завтрак:	565	14	15,7	62,6	455,4
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы)	50	0,7	3,1	3,1	42,1
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (вода, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло подсол., соль)	180	1,1	3,2	2,7	44,5
	СМЕТАНА терм. (сметана)	7	0,2	1,1	0,2	11
	БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса (мясо 1 кат, вода питьевая, сметана, мука пш, соль)	70	6,7	8	13,68	153,7
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	140	5,2	4,6	27,6	172,2
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (вода питьевая, плоды шиповника, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	33	2,6	0,5	13,2	68
	Итого за обед:	715	19,9	21,1	95,98	651,4
	ПОЛДНИК					
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (мука пш., сахар, масло сл., молоко 2,5%, яйца, КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	65	2,9	4,7	29,8	172,6	
	190	5,6	4,8	7,6	96	
Итого за полдник:	255	8,5	9,5	37,4	268,6	
Всего за день:			42,4	46,3	195,98	1375,4

\* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



УТВЕРЖДЕНО  
ИП: 3052347028021



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ ДС № 15 А.Я.  
Сумина



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
воспитанников МБДОУ ДС № \_\_\_\_\_

На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год.

Сезон: лето-осень

Воспитанники 1-3 года

День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Пятница	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	40	1,1	1,4	2	25,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	130	6,1	9,3	9	144,5
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	150	0,2	0,1	7	28,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
Итого за прием пищи:		355	10,1	11,2	34,3	277,6
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за завтрак:		505	10,9	11,4	49,5	342,1
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, лимонная к-та,	30	0,4	1,5	1,8	22,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мясными фрикадельками (вода питьевая, картофель, лук репч, морковь, мясо 1 кат, яйца, масло подс, соль)	150	3,2	7,7	10,5	124
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	50	6,4	2,1	3	56,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	110	3,0	4,3	17,5	120,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	165	0,5	0,1	16,6	69,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	15	1,1	0,1	7,4	35,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	10	0,3	0,3	7,7	35,4
Итого за обед:		540	15,54	16,30	68,5	484,2
Полдник	ОЛАДЬИ (мука пш., яйца, молоко 2,5%, дрожжи, сахар, масло подс.)	60	4,1	4,5	21,5	143,2
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	150	2,5	2,2	10,4	70,5
Итого за полдник:		210	6,6	6,7	31,9	213,7
Всего за день:			33,04	34,4	149,9	1040

Воспитанники 3-7 лет

День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Пятница	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	50	1,4	1,8	2,5	32
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	165	7,7	11,8	11,4	183,4
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
Итого за прием пищи:		445	13,2	14,2	45,5	362,4
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за прием пищи:		180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за завтрак:		625	14,1	14,4	63,7	439,8
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, лимонная к-та,	50	0,6	2,6	2,9	38,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мясными фрикадельками (вода питьевая, картофель, лук репч, морковь, мясо 1 кат, яйца, масло подс, соль)	180	3,9	9,2	12,6	148,7
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	70	9,0	2,9	4,1	79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	130	3,6	5	20,7	142,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	25	0,7	0,8	19,3	88,5
Итого за обед:		685	20,42	21	93,5	648,2
Полдник	ОЛАДЬИ (мука пш., яйца, молоко 2,5%, дрожжи, сахар, масло подс.)	80	5,5	6	28,7	191
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	180	3	2,6	12,4	84,7
Итого за полдник:		260	8,5	8,6	41,1	275,7
Всего за день:			43,02	44	198,3	1363,7

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.