



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
воспитанников МБДОУ ДС № _____
На « _____ » _____ 2024 год.**

Сезон: лето-осень

Воспитанники 1-3 года

Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%, КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	140	5,1	5,8	15,6	135,8
	БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
	СОУС шоколадный (вода питьевая, молоко сгущ, сахар, какао-порошок, ванилин)	10	0,6	0,5	4,2	23,9
	Итого за прием пищи:	350	9,7	11,8	42,5	316,8
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		450	10,1	12,1	52,8	363,8
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые)**	40	0,4	0	1	5,6
	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)	10	0,2	1,5	0,3	15,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	60	6,7	7,1	9,6	139,1
	РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, рис, соль, масло сл.)	110	2,8	4	28,5	161,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана, вода, мука пш, соль)	20	0,3	0,7	1,4	12,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	150	0,1	0,1	8,3	34,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	15	1,1	0,1	7,4	35,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
	Итого за обед:	580	14,7	16,60	70,7	500,3
Полдник	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)(хлеб пш., масло сл., сыр)	20	2,9	5,2	4	74,4
	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом (молоко, вода, крупа манная, сахар, изюм, яйца, сухари панир, масло подс)	50	2,3	1,1	13,1	71,9
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	10	0,7	0,9	5,6	32,7
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	150	0,2	0,1	7	28,5
Итого за полдник:	230	6,1	7,3	29,7	207,5	
Всего за день:			30,9	36	153,2	1071,6

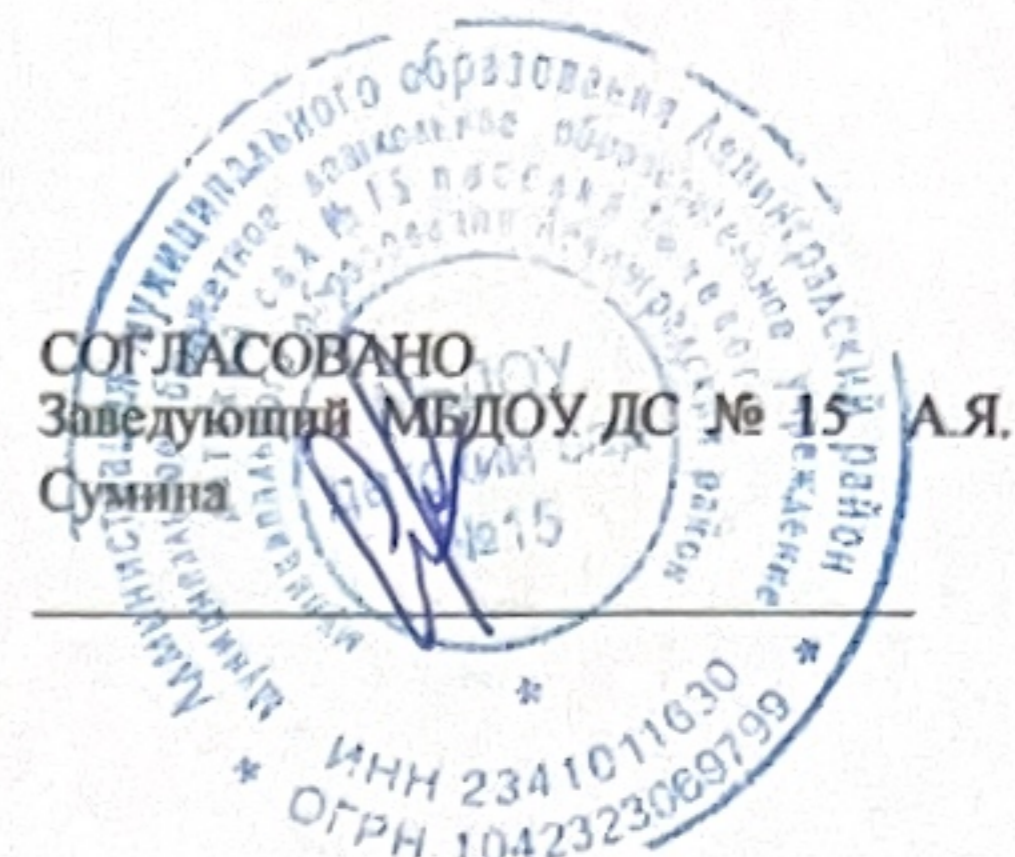
Воспитанники 3-7 лет

Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%, КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	6,6	7,4	20	174,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,1	4,9	23,4
	БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
	СОУС шоколадный (вода питьевая, молоко сгущ, сахар, какао-порошок, ванилин)	15	0,8	0,8	6,3	35,8
	Итого за прием пищи:	435	12,6	14,2	56	404,1
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		535	13	14,5	66,3	451,1
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые)**	60	0,7	0	1,4	8,4
	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)	10	0,2	1,5	0,3	15,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	80	8,9	9,4	12,9	185,5
	РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, рис, соль, масло сл.)	130	3,3	4,7	33,7	190,2
	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана, вода, мука пш, соль)	20	0,3	0,7	1,4	12,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	180	0,1	0,1	10	41,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1
	Итого за обед:	720	19,5	20,3	91	638,6
Полдник	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)(хлеб пш., масло сл., сыр)	25	3,6	6,5	5	93
	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом (молоко, вода, крупа манная, сахар, изюм, яйца, сухари панир, масло подс)	70	3,2	1,6	18,4	100,7
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	10	0,7	0,9	5,6	32,7
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
Итого за полдник:	285	7,7	9,1	37,4	260,6	
Всего за день:			40,2	43,9	194,7	1350,3

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



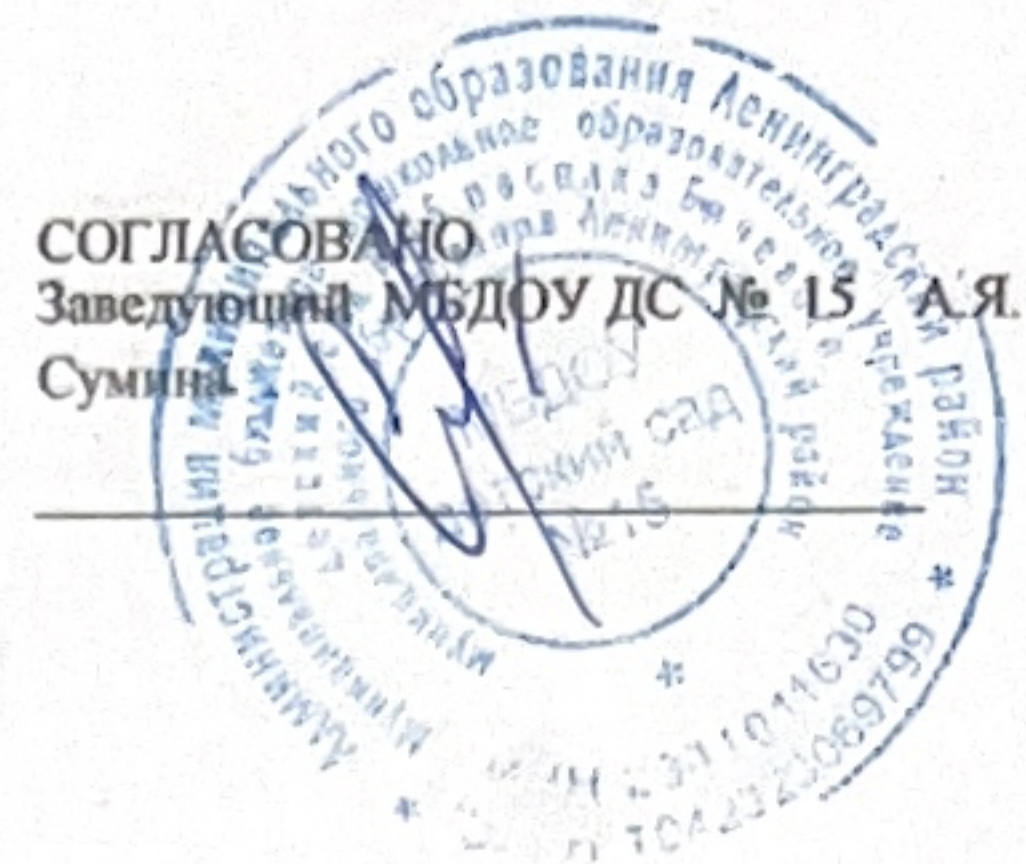
**Ежедневное меню основного (организованного) питания
воспитанников МБДОУ ДС № _____**

На « _____ » _____ 2024 год.

Сезон: лето-осень

		Воспитанники 1-3 года				
Нелзя 2 Лень 2 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	30	0,2	0	0,5	3,3
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	50	6,3	7,6	7,8	124,8
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук, пюре томатное, масло подс, соль, сахар, лимонная к-та)	110	1,7	4	9,4	79,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	150	0,2	0,1	7,1	30
	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
	Итого за прием пищи:		370	10,66	12,1	38,6
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:		470	11,06	12,5	48,4	348,8
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы)	40	0,5	2,4	2,5	33,6
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	150	1,5	2,3	6,7	53,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	150	9,5	10,2	20,5	211,9
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	10	0,3	0,3	7,7	35,4
Итого за обед:		535	15,3	15,80	68,4	476,7
Полдник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшеничной (молоко 2,5%, пшено, сахар, масло сл., соль)	130	3,7	3,5	12,3	96,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	150	0,2	0,1	7	28,5
Итого за полдник:		310	6,32	7,4	31,7	216,3
Всего за день:			32,68	35,7	148,5	1041,8
		Воспитанники 3-7 лет				
Нелзя 2 Лень 2 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	50	0,4	0,1	0,9	5,5
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	70	7,8	9,95	12,9	174,8
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук, пюре томатное, масло подс, соль, сахар, лимонная к-та)	130	2	4,7	11,1	93,7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	180	0,3	0,1	8,6	36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	22	1,8	0,3	8,8	45,3
	Итого за прием пищи:		472	13,8	15,35	52,1
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:		572	14,2	15,75	61,9	446,1
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы)	60	0,8	3,7	3,7	50,4
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	180	1,8	2,8	8	64,3
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	185	11,7	12,6	25,2	261,5
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	15	0,4	0,5	11,6	53,1
Итого за обед:		675	19,9	20,4	91,5	628,4
Полдник	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшеничной (молоко 2,5%, пшено, сахар, масло сл., соль)	180	5,1	4,9	17	133,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	32	2,4	0,3	15,7	74,9
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
Итого за полдник:		397	7,7	8,9	41,2	275,5
Всего за день:			41,8	45,05	194,6	1350

* - 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

Воспитанники 1-3 года						
Неделя 2 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	40	0,4	0	1	5,6
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	135	6,3	9,7	9,4	150,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	150	1,2	1	8,6	48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	11	0,9	0,2	4,4	22,7
Итого за прием пищи:		356	10,3	11,1	33,2	273,2
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:		506	11,1	11,3	48,4	337,7
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, лим.к-к)	40	0,6	2,4	3,6	39,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	150	1,6	2,1	5,6	48
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (куры потр. I кат., вода питьевая, мука пш., сметана, соль)	65	7,6	8,6	8,44	139,5
	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)	180	0,5	0,1	18,1	75,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	22	1,8	0,3	8,8	45,3
Итого за обед:		597	15,4	17,20	74,74	514,5
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:			32,12	35,7	154,64	1065,4
Воспитанники 3-7 лет						
Неделя 2 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	60	0,7	0	1,4	8,4
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	175	8,2	12,5	12,1	194,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	180	1,4	1,2	10,4	57,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	33	2,5	0,3	16,2	77,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
Итого за прием пищи:		458	13,6	14,2	44,1	358,2
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:		638	14,5	14,4	62,3	435,6
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, лим.к-к)	60	0,9	3,6	5,5	58,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	180	1,9	2,5	6,7	57,6
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ (куры потр. I кат., вода питьевая, мука пш., сметана, соль)	80	9,4	10,6	10,38	171,58
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	150	2,2	4,4	25,5	150
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8
Итого за обед:		730	19,7	21,9	94,98	654,08
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:			41,9	44,9	198,38	1361,58

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				
Неделя 2 День 4 Четверг	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) (промышленное производство)	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	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста,	160	1,2	2,8	4,5	48,1
	СМЕТАНА терм. (сметана)	7	0,2	1,1	0,2	11
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО" рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	60	7,6	6,2	5	106,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	120	3,3	4,6	19,1	131,3
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО (вода питьевая, сок фруктовый, сахар, крахмал карт.)	150	0,3	0	16,6	67,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,1	4,9	23,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8
Итого за обед:		537	14,8	15,70	69,8	479,2
Полдник	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (мука пш., сахар, масло сл., молоко 2,5%, яйца,	50	2,2	3,6	22,9	132,9
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	150	4,4	3,8	6	75,8
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7
Всего за день:			32,4	35,1	151,8	1050,5
		Воспитанники 3-7 лет				
Неделя 2 День 4 Четверг	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) (промышленное производство)	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)*	110	0,4	0,4	10,8	48,4
Итого за прием пищи:		110	0,4	0,4	10,8	48,4
Итого за завтрак:		530	13,8	14,6	69,4	463,5
Обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста,	190	1,4	3,4	5,3	57,1
	СМЕТАНА терм. (сметана)	10	0,2	1,5	0,3	15,8
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО" рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	80	10,1	8,3	6,7	142,1
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	150	4,1	5,8	23,8	164,2
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО (вода питьевая, сок фруктовый, сахар, крахмал карт.)	180	0,4	0,1	20	80,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	15	1,1	0,1	7,4	35,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	25	0,7	0,8	19,3	88,5
Итого за обед:		665	19,2	20,2	88,8	614,6
Полдник	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (мука пш., сахар, масло сл., молоко 2,5%, яйца,	65	2,9	4,7	29,8	172,6
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (промышленное производство)	190	5,6	4,8	7,6	96
Итого за полдник:		255	8,5	9,5	37,4	268,6
Всего за день:			41,5	44,3	195,6	1346,7

* - допускается выдача иных фруктов.

*** - 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

		Воспитанники 1-3 года				
Неделя 2 Лень 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	30	0,2	0	0,5	3,3
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	130	5,6	6	12,4	126
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	150	2,1	1,9	10,2	66
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,9	39	306,1
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10,3	47
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		450	11	12,2	49,3	353,1
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч.,	30	0,2	1,8	0,8	20,4
	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.)	55	6,1	6,5	8,8	127,4
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, пшено, масло сл, соль)	110	3	2,9	18,3	111,1
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	Итого за обед:	535	14,6	16,7	72,1	504,7
Полдник	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%,	150	5,5	6,2	16,7	145,5
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	150	0,2	0,1	7	28,5
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)***	10	0,8	1	7,4	41,5
Итого за полдник:		310	6,5	7,3	31,1	215,5
Всего за день:			32,1	36,2	152,5	1073,3
		Воспитанники 3-7 лет				
Неделя 2 Лень 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	7	0,1	5,1	0,1	46,3
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	50	0,4	0,1	0,9	5,5
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	150	6,5	6,9	14,3	145,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
Итого за прием пищи:		442	13,8	15	52,3	398
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10,3	47
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		542	14,2	15,3	62,6	445
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч.,	50	0,4	3	1,3	34
	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.)	75	8,3	8,8	12,1	173,8
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, пшено, масло сл, соль)	130	3,6	3,4	21,7	131,5
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8
	Итого за обед:	675	19,6	21,8	93,5	660,7
Полдник	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%,	180	6,6	7,4	20	174,6
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)***	15	1,1	1,5	11,2	62,3
Итого за полдник:		375	7,9	9	39,6	271,1
Всего за день:			41,7	46,1	195,7	1376,8

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.