# меню

***Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 1 с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению***

***УТВЕРЖДАЮ:***
***Заведующий МАДОУ ДС№ 1***
***О.Н. Тактаева***
***с «01» июня 2025г.***

***ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ***
***период летне - осенний***
***дети с 1,5 до 3х лет***

# Меню приготавливаемых блюд.

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.
Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| **День 1 (понедельник).** | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с макаронными изделиями маслом сливочным. | 150 | 5,12 | 5,84 | 16,50 | 139,5 | 120 |
| | Батон нарезной витаминиз. каротином с сыром. | 30 \| 10 | 4,85 | 3,52 | 15,77 | 114,16 | 9 |
| | Какао с молоком. | 180 | 3,04 | 3,15 | 11,59 | 86,49 | 382 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **370** | **13,01** | **12,51** | **43,86** | **340,15** | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| **ИТОГО ЗА 10:00** | | **200 \| 95** | **0,82 \| 1,42** | **0,16 \| 0,48** | **26,20 \| 19,95** | **110 \| 91,2** | |
| ОБЕД | Нарезка из лука. | 15 | 0,21 | 0,03 | 1,23 | 6,15 | 130 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной. | 180 | 8,96 | 15,37 | 18,50 | 266,71 | 104 |
| | Каша гречневая рассыпчатая. | 120 | 5,06 | 2,56 | 22,87 | 134,53 | 65 |
| | Колета домашняя из мяса свинины. | 60 | 12,30 | 24,51 | 7,88 | 332,48 | 271 |
| | Соус красный основной. | 35 | 0,60 | 2,15 | 3,36 | 35,58 | 331 |
| | Компот из сухофруктов. | 180 | 0,05 | 0,00 | 10,58 | 40,3 | 349 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 2 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **595** | **29,22** | **42,89** | **75,34** | **854,77** | |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным. | 130 | 7,89 | 10,01 | 3,60 | 136,55 | 210 |
| | Кофейный напиток с молоком. | 180 | 2,75 | 3,02 | 11,38 | 83,03 | 348 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 2 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **330** | **11,96** | **13,27** | **21,66** | **254,38** | |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1495 \| 1390** | **55,01 \| 55,61** | **68,83 \| 69,15** | **167,06 \| 160,81** | **1559,30 \| 1540,50** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.
Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| **День 2 (вторник).** | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная ячневая с маслом сливочным | 150 | 6,12 | 5,90 | 23,57 | 172,26 | 182 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с маслом сливочным. | 40 \| 7 | 2,64 | 0,36 | 15,20 | 79,6 | 14 |
| | Кисель. | 180 | 0,00 | 0,00 | 8,39 | 32,47 | 358 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **377** | **8,76** | **6,26** | **47,16** | **284,33** | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| **ИТОГО ЗА 10:00** | | **200 \| 95** | **0,82 \| 1,42** | **0,16 \| 0,48** | **26,20 \| 19,95** | **110 \| 91,2** | |
| ОБЕД | Нарезка из свежих огурцов. | 40 | 0,36 | 0,04 | 1,12 | 6,3 | 71 |
| | Суп гороховый на куринном бульоне. | 180 | 8,57 | 9,99 | 21,49 | 220,93 | 102 |
| | Макаронные изделия отварные с масл.сливоч. | 120 | 5,11 | 2,17 | 31,36 | 165,24 | 203 |
| | Гуляш из мяса куры. | 60 | 4,73 | 3,19 | 3,51 | 102,01 | 247 |
| | Компот из изюма. | 180 | 0,43 | 0,09 | 16,88 | 66,13 | 348 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизир. (Валитек - 8). | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 2 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **640** | **23,16** | **16,14** | **95,32** | **670,01** | |
| ПОЛДНИК | Вареники ленивые из творога с молоком сгущенным. | 105 \| 25 | 19,01 | 13,77 | 26,62 | 306,75 | 55 |
| | Чай с сахаром. | 180 | 0,20 | 0,00 | 8,01 | 32,22 | 379 |
| | Кондитерское изделие. | 40 | 3,00 | 4,72 | 29,96 | 166,84 | 4 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **22,21** | **18,49** | **64,59** | **505,81** | |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1567 \| 1462** | **54,95 \| 55,55** | **41,05 \| 41,37** | **233,27 \| 227,02** | **1570,15 \| 1551,35** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| День 3 (среда). | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша гречневая молочная с маслом сливочным. | 150 | 7,24 | 7,61 | 25,92 | 201,15 | 183 |
| | Батон нарезной Витаминиз. каротином с повидлом. | 40 \| 10 | 3,00 | 1,60 | 20,56 | 104,8 | 11 |
| | Напиток "Витошка " витаминизированный | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 | 353 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | **380** | **10,24** | **9,21** | **46,48** | **305,95** | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | **200 \| 95** | **0,82 \| 1,42** | **0,16 \| 0,48** | **26,20 \| 19,95** | **110 \| 91,2** | |
| ОБЕД | Нарезка из свежих помидоров. | 40 | 0,27 | 0,09 | 1,89 | 8,96 | 70 |
| | Борщ на мясном бульоне со сметаной. | 180 | 7,06 | 10,33 | 18,36 | 206,19 | 27 |
| | Каша рисовая рассыпчатая. | 120 | 3,40 | 2,40 | 28,07 | 147,7 | 304 |
| | Шницель из рыбы. | 60 | 14,81 | 5,75 | 9,10 | 149,49 | 29 |
| | Соус красный основной. | 35 | 0,60 | 2,15 | 3,36 | 35,58 | 331 |
| | Чай с сахаром. | 180 | 0,20 | 0,00 | 8,01 | 32,22 | 376 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | **640** | **29,70** | **19,23** | **86,39** | **653,96** | |
| ПОЛДНИК | Каша манная молочная с маслом сливочным. | 150 | 6,18 | 5,82 | 27,06 | 185,64 | 175 |
| | Кисель. | 180 | 0,00 | 0,00 | 8,39 | 32,47 | 358 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 2 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | **350** | **7,5** | **6,06** | **42,13** | **252,91** | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | **1570 \| 1465** | **48,26 \| 48,86** | **34,66 \| 34,98** | **201,2 \| 194,95** | **1322,82 \| 1304,02** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | | | | | | |
| День 4 (четверг). | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с крупой (рис) с маслом сливочным. | 150 | | 4,04 | | 5,15 | | 13,03 | | 115,12 | | 121 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с сыром. | 40 | 15 | 2,64 | | 0,36 | | 15,20 | | 79,6 | | 14 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | | 2,75 | | 3,02 | | 11,38 | | 83,03 | | 379 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | **385** | | **9,43** | | **8,53** | | **39,61** | | **277,75** | | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | | 0,82 | | 0,16 | | 26,20 | | 110 | | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | | 1,42 | | 0,48 | | 19,95 | | 91,2 | | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | **200** | **95** | **0,82** | **1,42** | **0,16** | **0,48** | **26,20** | **19,95** | **110** | **91,2** | |
| ОБЕД | Нарезки из свежих огурцов и помидоров. | 40 | | 0,35 | | 0,08 | | 1,68 | | 8,48 | | 72 |
| | Суп картофельный с клецками на курином бульоне. | 180 | | 6,75 | | 11,57 | | 18,72 | | 217,66 | | 108 |
| | Пюре картофельное с маслом сливочным. | 120 | | 3,53 | | 3,65 | | 24,76 | | 146,44 | | 8 |
| | Суфле из мяса куры. | 60 | | 19,09 | | 7,82 | | 2,59 | | 157,36 | | 299 |
| | Соус красный основной. | 35 | | 0,60 | | 2,15 | | 3,36 | | 35,58 | | 331 |
| | Компот из яблок. | 180 | | 0,11 | | 0,11 | | 11,43 | | 45,86 | | 344 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | | 1,32 | | 0,18 | | 7,60 | | 39,8 | | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | | 69,6 | | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | **640** | | **33,79** | | **23,89** | | **80,14** | | **685,2** | | |
| ПОЛДНИК | Пудинг из творога с молоком сгущенным. | 105 | 25 | 17,69 | | 13,46 | | 19,65 | | 268,68 | | 16 |
| | Чай с сахаром. | 180 | | 0,20 | | 0,00 | | 8,01 | | 32,22 | | 379 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | **310** | | **17,89** | | **13,46** | | **27,66** | | **300,90** | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | **1535** | **1430** | **61,93** | **62,53** | **46,04** | **46,36** | **173,61** | **167,36** | **1373,85** | **1355,05** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | | | | | | |
| День 5 (пятница). | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Макароны отварные запеченные с сыром. | 150 | 15 | 8,45 | | 8,04 | | 28,40 | | 219,39 | | 85 |
| | Батон нарезной Витамини. с маслом сливочным. | 40 | 7 | 2,34 | | 5,17 | | 15,54 | | 118,22 | | 8 |
| | Чай с молоком сахаром | 180 | | 2,38 | | 2,39 | | 11,54 | | 77,22 | | 378 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 377 | | 13,17 | | 15,60 | | 55,48 | | 414,83 | | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | | 0,82 | | 0,16 | | 26,20 | | 110 | | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | | 1,42 | | 0,48 | | 19,95 | | 91,2 | | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | 200 | 95 | 0,82 | 1,42 | 0,16 | 0,48 | 26,20 | 19,95 | 110 | 91,2 | |
| ОБЕД | Горошек зеленый консервированный. | 40 | | 2 | | 0,08 | | 3,32 | | 22 | | 131 |
| | Суп "Снежок" на мясном бульоне со сметаной. | 180 | | 7,24 | | 12,46 | | 14,96 | | 214,07 | | 101 |
| | Жаркое по-домашнему с мясом свинины. | 180 | | 17,35 | | 4,72 | | 24,44 | | 210,26 | | 259 |
| | Кисель. | 180 | | 0,00 | | 0,00 | | 8,39 | | 32,47 | | 358 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | | 1,32 | | 0,18 | | 7,60 | | 39,8 | | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | | 69,6 | | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 640 | | 30,55 | | 17,92 | | 72,07 | | 588,2 | | |
| ПОЛДНИК | Ватрушка с повидлом или творогом или пирожок с капустой. | 60 | | 5,87 | | 6,28 | | 38,93 | | 238,33 | | 107 |
| | Компот из изюма. | 180 | | 0,43 | | 0,09 | | 17,87 | | 69,89 | | 348 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 240 | | 6,3 | | 6,37 | | 56,8 | | 308,22 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1457 | 1352 | 50,84 | 51,44 | 40,05 | 40,37 | 210,55 | 204,30 | 1421,25 | 1402,45 | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| **День 6 (понедельник)** | | | | | | | |
| | Каша молочная рисовая с маслом сливочным | 150 | 5,54 | 6,2 | 22,84 | 169,96 | 174 |
| | Батон нарезной Витаминиз. каротином с повидлом. | 40 \| 10 | 3,00 | 1,60 | 20,56 | 104,8 | 11 |
| | Какао с молоком. | 180 | 3,04 | 3,15 | 11,59 | 86,49 | 382 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **380** | **11,58** | **10,95** | **54,99** | **361,25** | |
| **10:00** | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| **ИТОГО ЗА 10:00** | | **200 \| 95** | **0,82 \| 1,42** | **0,16 \| 0,48** | **26,20 \| 19,95** | **110 \| 91,2** | |
| **ОБЕД** | Нарезка из лука. | 15 | 0,21 | 0,03 | 1,23 | 6,15 | 130 |
| | Щи на мясном бульоне со сметаной. | 180 | 8,73 | 3,44 | 15,98 | 130,84 | 88 |
| | Макаронные изделия отварные с масл.сливоч. | 120 | 5,11 | 2,17 | 31,36 | 165,24 | 203 |
| | Бефстроганов из мяса свинины. | 60 | 11,50 | 11,30 | 5,70 | 168 | 7 |
| | Чай с сахаром. | 180 | 0,20 | 0,00 | 8,01 | 32,22 | 376 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 2 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **775** | **28,39** | **17,36** | **84,95** | **609,52** | |
| **ПОЛДНИК** | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 150 | 6,02 | 5,28 | 22,65 | 159 | 68 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 2 |
| | Напиток "Витошка " витаминизированный. | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 | 353 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **7,34** | **5,52** | **29,33** | **193,8** | |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1705 \| 1600** | **48,13 \| 48,73** | **33,99 \| 34,31** | **195,47 \| 189,22** | **1274,57 \| 1255,77** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| День 7 (вторник). | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с крупой (пшено) с масл. сливоч.. | 150 | 6,48 | 7,25 | 21,22 | 147,4 | 121 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с сыром. | 40 \| 15 | 2,64 | 0,36 | 15,20 | 79,6 | 14 |
| | Чай с сахаром. | 180 | 0,20 | 0,00 | 8,01 | 32,22 | 379 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | **385** | **9,32** | **7,61** | **44,43** | **259,22** | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | **200 \| 95** | **0,82 \| 1,42** | **0,16 \| 0,48** | **26,20 \| 19,95** | **110 \| 91,2** | |
| ОБЕД | Нарезка из свежих огурцов. | 40 | 0,36 | 0,04 | 1,12 | 6,3 | 71 |
| | Свекольник на куринном бульоне со сметаной. | 180 | 6,3 | 10,3 | 17,62 | 199,33 | 34 |
| | Каша рисовая рассыпчатая. | 120 | 3,40 | 2,40 | 28,07 | 147,7 | 304 |
| | Шницель из мяса куры. | 60 | 19 | 4,6 | 9,73 | 158,09 | 165 |
| | Соус красный основной. | 35 | 0,60 | 2,15 | 3,36 | 35,58 | 331 |
| | Напиток "Витошка " витаминизированный. | 180 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 | 353 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | **640** | **33,02** | **18** | **77,5** | **620,82** | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога с молоком сгущенным. | 105 \| 25 | 17,91 | 13,81 | 19,79 | 273,62 | 223 |
| | Компот из сухофруктов. | 180 | 0,05 | 0,00 | 10,58 | 40,3 | 349 |
| | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | **310** | **17,96** | **13,81** | **30,37** | **313,92** | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | **1535 \| 1430** | **61,12 \| 61,72** | **39,58 \| 39,90** | **178,50 \| 172,25** | **1303,96 \| 1285,16** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | | | | | | |
| **День 8 (среда).** | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная ячневая с маслом сливочным | 150 | | 6,12 | | 5,90 | | 23,57 | | 172,26 | | 182 |
| | Батон нарезной Витамини. с маслом сливочным. | 40 | 7 | 2,34 | | 5,17 | | 15,54 | | 118,22 | | 8 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | | 2,75 | | 3,02 | | 11,38 | | 83,03 | | 379 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **377** | | **11,21** | | 14,09 | | 50,49 | | 373,51 | | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | | 0,82 | | 0,16 | | 26,2 | | 110 | | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | | 1,42 | | 0,48 | | 19,95 | | 91,2 | | 8 |
| **ИТОГО ЗА 10:00** | | **200** | **95** | **0,82** | **1,42** | **0,16** | **0,48** | **26,20** | **19,95** | **110** | **91,2** | |
| ОБЕД | Нарезка из свежих помидоров. | 40 | | 0,27 | | 0,09 | | 1,89 | | 8,96 | | 70 |
| | Суп крестьянский с рисом на мясном бульоне. | 180 | | 5,85 | | 9,85 | | 17,08 | | 191,21 | | 98 |
| | Каша гречневая рассыпчатая. | 120 | | 5,06 | | 2,56 | | 22,87 | | 134,53 | | 65 |
| | Печень куриная тушеная в молочном соусе. | 60 | | 14,8 | | 9,38 | | 4,35 | | 161,6 | | 10 |
| | Компот из изюма. | 180 | | 0,43 | | 0,09 | | 16,88 | | 66,13 | | 348 |
| | Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8). | 20 | | 1,32 | | 0,18 | | 7,60 | | 39,8 | | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | | 1,32 | | 0,24 | | 6,68 | | 34,8 | | 2 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **620** | | **29,05** | | **22,39** | | **77,35** | | **637,03** | | |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным. | 130 | | 7,89 | | 10,01 | | 3,60 | | 136,55 | | 210 |
| | Какао с молоком. | 180 | | 3,04 | | 3,15 | | 11,59 | | 86,49 | | 382 |
| | Кондитерское изделие. | 40 | | 3,00 | | 4,72 | | 29,96 | | 166,84 | | 4 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | | **13,93** | | **17,88** | | **45,15** | | **389,88** | | |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1547** | **1442** | **55,01** | **55,61** | **54,52** | **54,84** | **199,19** | **192,94** | **1510,42** | **1491,62** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | |
| День 9 (четверг). | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным. | 150 | 5,99 | 6,93 | 22,54 | 176,42 | 173 |
| | Хлеб пшеничный витамин.Валитек -8 с повидлом. | 40 / 10 | 1,98 | 0,27 | 11,40 | 59,7 | 1/3 |
| | Кисель. | 180 | 0,00 | 0,00 | 8,39 | 32,47 | 358 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | **380** | **7,97** | **7,2** | **42,33** | **268,59** | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,2 | 110 | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | 1,42 | 0,48 | 19,95 | 91,2 | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | **200 / 95** | **0,82 / 1,42** | **0,16 / 0,48** | **26,2 / 19,95** | **110 / 91,2** | |
| ОБЕД | Нарезки из свежих огурцов и помидоров. | 40 | 0,35 | 0,08 | 1,68 | 8,48 | 72 |
| | Суп с домашней лапшой на куринном бульоне. | 180 | 11,39 | 3,62 | 19,51 | 157,48 | 217 |
| | Пюре картофельное с маслом сливочным. | 120 | 3,53 | 3,65 | 24,76 | 146,44 | 8 |
| | Котлета рыбная | 60 | 14,51 | 7,10 | 15,88 | 188,4 | 7 |
| | Компот из сухофруктов. | 180 | 0,05 | 0,00 | 10,58 | 40,3 | 349 |
| | Хлеб пшеничный витаминизир. (Валитек- 8). | 20 | 1,32 | 0,18 | 7,60 | 39,8 | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | **440** | **8,43** | **6,51** | **61,45** | **339,72** | |
| ПОЛДНИК | Суфле из творога с молоком сгущенным. | 105 / 25 | 17,69 | 13,46 | 19,25 | 268,68 | 16 |
| | Чай с молоком сахаром | 180 | 2,38 | 2,39 | 11,54 | 77,22 | 378 |
| | | | | | | | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | **130** | **17,69** | **13,46** | **19,25** | **268,68** | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | **1150 / 1045** | **34,91 / 35,51** | **27,33 / 27,65** | **149,23 / 142,98** | **986,99 / 968,19** | |

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | | | |
| Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл | | | | | | | | | | | | |
| День 10 (пятница | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная с маслом сливочным. | 150 | | 6,18 | | 5,82 | | 27,06 | | 185,64 | | 175 |
| | Батон нарезной Витамини. с маслом сливочным. | 40 | 7 | 2,34 | | 5,17 | | 15,54 | | 118,22 | | 8 |
| | Напиток "Витошка " витаминизированный | 180 | | 0,00 | | 0,00 | | 0,00 | | 0 | | 353 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | **377** | | **8,52** | | **10,99** | | **42,6** | | **303,86** | | |
| 10:00 | Сок фруктовый. | 200 | | 0,82 | | 0,16 | | 26,2 | | 110 | | 389 |
| | Или нарезка из фруктов. | 95 | | 1,42 | | 0,48 | | 19,95 | | 91,2 | | 8 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | **200** | **95** | **0,82** | **1,42** | **0,16** | **0,48** | **26,20** | **19,95** | **110** | **91,2** | |
| ОБЕД | Икра кабачковая. | 40 | | 0,54 | | 2,12 | | 3,47 | | 35,1 | | 73 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне. | 180 | | 6,84 | | 9,91 | | 21,73 | | 214,43 | | 103 |
| | Плов из мяса свинины. | 180 | | 12,69 | | 20,84 | | 30,56 | | 386,44 | | 244 |
| | Кисель. | 180 | | 0,00 | | 0,00 | | 8,39 | | 32,47 | | 358 |
| | Хлеб пшеничный витаминизир. (Валитек- 8). | 20 | | 1,32 | | 0,18 | | 7,60 | | 39,8 | | 1 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 40 | | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | | 69,6 | | 2 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | **640** | | **24,03** | | **33,53** | | **85,11** | | **777,84** | | |
| ПОЛДНИК | Каша пшенная молочная с маслом сливочным. | 150 | | 6,46 | | 6,36 | | 23,82 | | 178,95 | | 182 |
| | Чай с сахаром. | 180 | | 0,20 | | 0,00 | | 8,01 | | 32,22 | | 379 |
| | Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8). | 20 | | 1,32 | | 0,24 | | 6,68 | | 34,8 | | 2 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | **350** | | **7,98** | | **6,6** | | **38,51** | | **245,97** | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | **1567** | **1462** | **41,35** | **41,95** | **51,28** | **51,60** | **192,42** | **186,17** | **1437,67** | **1418,87** | |

Согласовано:

| | | |
|---|---|---|
| Руководитель учреждения: | Тактаева О.Н. | |
| Калькулятор: | Мисюрина С.М. | |
| Медицинская сестра: | Саар В.Н. | |
| Повар: | Антонова О.А. | |
| Повар: | Абросова О.А. | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 115325922318594162224631579063447765997006712125

Владелец Тактаева Ольга Николаевна

Действителен С 08.07.2024 по 08.07.2025