

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Ясли

13.10.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	150	4,20	5,50	20,90	150	№311
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	6,10	9,40	43,30	282,3	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	40	0,70	3,00	3,00	42	№25
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	3,70	3,30	11,80	92	№137
	Плов из птицы	130	8,50	10,90	15,10	193	№406
	Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	15,00	61	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,80	0,30	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		515	14,20	17,80	65,00	476,6	
ПОЛДНИК	Запеканка царская из творога с молоком сгущенным	130	6,60	4,50	14,50	125	№10/5
	Молоко питьевое кипяченое	150	4,30	3,80	7,10	80	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	10,90	8,30	21,60	204,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,00	36,00	147,00	1034	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	200	6,50	7,70	25,30	196	№311
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№685
	Хлеб пшеничный	15	0,30	0,20	6,60	29	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	8,50	11,60	51,90	345,4	
ЗАВТРАК 2	Витаминизированный напиток	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91	
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	60	1,00	3,00	4,50	49	№25
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15	4,10	3,60	15,10	109	№137
	Плов из птицы	200	12,40	13,50	24,50	269	№406
	Компот из свежих яблок	200	0,10	0,10	20,00	81,4	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69	
ИТОГО ЗА ОБЕД		655	18,90	20,90	88,00	615,8	
ПОЛДНИК	запеканка царская из творога с молоком сгущенным	150	9,90	6,70	21,20	184,7	№10/5
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,20	4,50	8,50	95	№260
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,10	11,20	29,70	280	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,00	44,00	192,00	1332	

Утверждаю:

Ясли

14.10.25



Возрастная	Полный	Меню приготавливаемых блюд
-------------------	---------------	-----------------------------------

Возрастная

Детский сад

детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углевод		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшенная жидкая	200	4,20	7,20	20,20	162	№311
	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	4,30	5,80	7,70	100	
	Какао с молоком	200	3,30	4,20	15,90	115	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	430	11,80	17,20	43,80	377,2	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	200	0,30	0,00	22,40	91		
ОБЕД	Салат картофельный с кукурузой и морковью" Мозайка"	60	1,30	4,00	7,50	71	№73
	Свекольник с мясом, со сметаной	180/10/5	4,10	4,20	12,50	104	
	Биточки печеночные	80	12,70	6,40	8,20	141	№35/8
	Каша гречневая вязкая	150	4,20	5,10	29,00	178	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,30	0,00	15,20	62	№508
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	665	23,50	20,10	88,80	629	
ПОЛДНИК	Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,60	4,90	25,00	151	№586
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	
	Фрукт в ассортименте	100	1,20	0,30	11,80	55	№458
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	350	2,90	5,20	49,40	256	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,00	43,00	204,00	1353	

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Ясли

16.10.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 9							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с поджарнировкой	150	8,90	6,70	7,80	127	№340
	Бутерброд с сыром	20 10	4,20	2,60	7,20	69	№3
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
	Хлеб ржаной	10	0,30	0,10	3,80	17	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	13,70	9,50	33,80	275,5	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	130	0,60	0,60	15,50	70	№11,306
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	0,60	0,60	15,50	70	
ОБЕД	Винигрет овощной	40	0,60	3,00	3,80	45	
	Суп лапша домашняя с курицей	150/10	3,50	3,70	12,90	99	№148
	Шницель из мяса	50	3,00	6,50	5,90	106	№451
	Овощи, припущенные в сметане	120	1,40	3,00	13,50	87	№210
	Компот из кураги	150	0,30	0,00	12,60	52	№638
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		520	12,80	16,80	69,20	479,2
ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	50	1,50	3,90	28,50	155	№560
	Кисломолочный напиток	160	3,70	3,50	5,00	66	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	5,20	7,40	33,50	221,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			32	34	152	1046	

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 9							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с поджарнировкой	180	10,60	8,40	8,40	151	№340
	Бутерброд с сыром	20 15	5,30	3,70	7,20	83,3	№3
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№865
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	20	0,60	0,20	7,60	35	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	17,00	12,50	44,60	358,7	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	150	0,70	0,70	20,10	89	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,70	0,70	20,10	89	
ОБЕД	Винигрет овощной	60	1,20	4,10	7,60	72	№4
	Суп лапша домашняя с курицей	180/10	4,10	4,20	15,20	115	№148
	Шницель из мяса	70	9,20	8,80	8,30	149	№451
	Овощи, припущенные в сметане	150	1,90	5,10	15,40	115	
	Компот из кураги	180	0,50	0,00	16,20	67	№638
	Хлеб пшеничный	20	0,50	0,30	7,60	34	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	17,80	22,90	81,50	602,9	
ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	50	1,50	3,90	28,50	155	№560
	Кисломолочный напиток	200	5,50	6,00	12,30	125	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,00	9,90	40,80	280	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	187,00	1331	



Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Если

14.10.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	4,50	5,90	20,80	154	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	350	6,20	9,70	38,70	266,9	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Салат из моркови с сыром	40	1,00	3,60	3,30	50	№89
	Уха рыбацкая	150/50	5,80	5,40	12,60	122	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,80	7,60	7,50	126	№498
	Макароны отварные с овощами	120	2,40	2,50	18,30	105	№294
	Кисель	150	0,30	0,20	13,40	56	№505
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	12,80	16,80	69,20	479,2	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	130	10,00	6,40	19,70	176	№19/3
	Чай с сахаром	150	0,10	0,00	8,60	35	№685
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	10,10	6,40	28,30	211,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,00	36,00	151,00	1060	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд	Пищевые вещества			Энерг етиче	№ рецеп
			Белки	Жиры	Углев овод		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	5,90	6,40	28,80	196	№311
	Бутерброд с маслом	20 10	1,80	7,10	9,90	111	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		410	7,80	13,50	49,20	350
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91	
ОБЕД	Салат из моркови с сыром	60	1,70	4,70	7,40	78,6	№89
	Уха рыбацкая	180/50	6,20	6,10	15,10	140	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,70	8,90	10,30	156	№498
	Макароны отварные с овощами	150	3,10	2,80	27,40	147	№294
	Кисель	180	0,30	0,20	15,40	64,3	№505
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	20,80	23,10	92,00	658,5	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	150	12,90	9,60	24,40	236	№19/3
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	13,00	9,60	35,00	278,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	199,00	1377	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114403

Владелец Паникаровская Ольга Сергеевна

Действителен с 17.04.2025 по 17.04.2026