

Приложение №1 к Приказу от 28.02.2024 № 59



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБДОУ - детского сада
комбинированного вида "Надежда"  Е.В. Артеменко
"28" февраля 2024 г

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание

"Надежда"

**СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах
для детей возрастных групп**

Технологические карты из Сборника технических норматив для питания детей в дошкольных организациях

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(3-7лет) 10,5 часов

1 день, неделя первая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.8/4/1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	4,9	4,1	25,8	188,6
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	10,6	44,4
	Итого за завтрак:	360	8	8,4	57,7	364,4
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.32/1/6	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	60	1,4	3,7	8,6	79,6
4.27/2	Суп-пюре из разных овощей	200	2,4	3,9	10,3	91,7
7.10/3/2	<u>Морковь тушеная</u>	130	1,8	3	13,6	68
7.104	Тефтели из мяса с рисом "Ежики"	80	10,2	9,1	5,9	179,9
7.078/1	Компот из изюма	180	0,2	0	19,9	81,5
7.34/2/7	Гренки из ржаного хлеба	20	2,5	0,4	15,2	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	695	20	20,3	83,5	619,4
	Полдник					
7.19/6	Суфле творожное	120	7,41	9,21	16,35	160,72
7.351	Сгущенное молоко	20	1,47	1,74	11,47	65,53
7.082-3	Снежок	150	3,73	4,6	15,7	119,52
	Итого за полдник:	290	12,6	15,6	43,5	345,8
	Итого за день:	1445	41,1	44,4	194,9	1375,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
2 день, неделя первая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.16/4/1	Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным	180	4,5	5,8	21,8	170,8
7.1/1/8	Джем	10	0	0	7	26,5
7.189-5	Батон	40	3,1	1,2	21,3	94
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	94,4
Итого за завтрак:		405	10	9,5	63,4	385,7
10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
Итого за прием:		125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5
Обед						
7.133	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,8	1,4	5,6	36
7.014-3	Огурец свежий порционный	60	0,5	0,1	2,3	8,6
7.044с	<u>Суп овощной с мясом кури</u>	200	4,7	4,6	6,3	76,8
7.64с/1	Картофельное пюре	130	2,6	7,6	19	172,2
7.089	Суфле из печени <i>или</i>	80	14,6	9	4,7	153
7.82р/4	Запеканка картофельная с печенью	200	17,2	16,6	23,7	325,2
7.15/13/1	Напиток из вишни	180	0,1	0	15,7	60,8
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	27	23,3	78,1	617,4
Полдник						
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром	130	3,1	9,3	28,3	228,7
4.11/10	Чай с лимоном	180	0	0	8,2	34,7
Итого за полдник:		310	3,1	9,3	36,4	263,4
Итого за день:		1530	40,7	42,1	188	1307

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
3 день, неделя первая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.14/4/1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5,3	5,8	23,4	177,5
7.035	Батон с маслом	45	2,1	4,3	21,3	131,4
4.14/10	Какао с молоком	180	2,1	2,1	20,1	95
	Итого за завтрак:	405	9,5	12,2	64,8	403,9
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.2/110	Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком или	60	5,1	5,8	1,1	85,9
7.328	Яйцо вареное	60	0,3	0,3	0	13,8
7.098/1	<u>Помидор порционный</u>	60	0,8	0,1	3,5	16,3
7.274/3	<u>Суп крестьянский с мясом со сметаной</u>	200	2	6,1	11,3	79,1
7.180-2	Рагу из овощей или	130	3,4	4,7	12,8	89,4
7.50м/3	Капуста цветная отварная с маслом	130	3,3	3,2	6,9	71,2
№ 4.9/7	Биточки (котлеты) рыбные	80	12,9	1,8	6,5	101,9
7.110/2	Компот из кураги	180	0,5	0	16,5	75,3
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	23,3	13,5	73,9	478,1
	Полдник					
7.103/6	Манник	80	4,1	14,5	38,7	267,1
7.023	Йогурт питьевой	150	2,5	4,8	12,7	127,3
	Итого за полдник:	230	6,6	19,3	51,4	394,4
	Итого за день:	1450	39,9	45,1	200,2	1322,4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
			Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
4 день, неделя первая						
Завтрак						
7.15/4/1	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	180	5,8	5,7	29,1	208,3
7.175/1	Батон с маслом с сыром	40/5/9	4,8	6,2	22,6	172,7
7.384	Молоко	180	2,7	4,5	5,7	100,8
	Итого за завтрак:	414	13,3	16,4	57,4	481,8
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.5/1/4	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	60	1	2,1	3,1	40,6
7.7/1/4	Салат из свежих огурцов с капустой	60	0,7	2,1	3,1	39
7.30/2-1	<u>Уха рыбацкая(горбуша)</u>	200	4,6	4,2	5,1	86
7.234	Шницель	60	13,1	12,6	5,9	186,4
7.368-1	Греча с овощами	120	2,5	4,5	21,8	108,5
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	25,5	110,5
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	705	25,3	24	88,1	650,6
Полдник						
7.160	Суфле из картофеля	110	3,6	6	16,3	124,5
7.1/11/2	Соус молочный	30	0,6	1,5	1,9	26,2
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,4	0	19,6	81
	Итого за полдник:	320	4,6	7,5	37,8	231,7
	Итого за день:	1539	43,7	48	193,4	1410,1

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

(3-7лет) 10,5 часов

5 день, неделя первая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
			Пищевые вещества			
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.7/4/1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	5,6	5,8	23,8	204,4
7.035	Батон с маслом	40/5	2,1	4,3	21,3	131,4
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	97,3
	Итого за завтрак:	405	10,1	12,6	58,4	433,1
10 часов						
7.79/5	Йогурт	100	2,8	3,2	11,3	85
	Итого за прием:	100	2,8	3,2	11,3	85
Обед						
7.30/1	Салат из отварного картофеля,моркови с реп.луком с соленым огурцом	60	0,9	4	4,6	100,9
7.55с-2	Суп геркулесовый с мясом	200	3	3,7	9	75,9
4.2/9	Мясо кур отварное в соусе	80	9,6	7	2,5	113,3
7.112	<u>Капуста тушеная</u>	130	2,8	4,1	7,6	90,9
7.197/1	<u>Компот из свежих яблок</u>	180	0,7	0,6	10,3	55,8
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	21,1	20	60,7	555,4
Полдник						
7.1241/2/1	Березка	100	4,4	10,5	54,3	188
4.11/10	Чай с лимоном	180	0	0	8,2	34,7
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
	Итого за полдник:	405	5	10,6	72,6	263,2
	Итого за день:	1625	39	46,4	203	1336,8
	Итого за неделю:		40,9	45,2	195,9	1350,3

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

(3-7лет) 10,5 часов

6 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.н119с-1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,4	6,6	28,8	182,2
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	5,9	24,6
Итого за завтрак:		405	8,5	10,9	56,1	338,2
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.27/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы, реп.лука с раст.маслом	60	1,9	6,2	15,8	108,5
7.137	<u>Щи с мясом со сметаной</u>	200	2	5,2	7,2	68,6
7.н243/1	<u>Голубцы ленивые в молочном соусе</u>	200	6	5,3	8,2	185,6
7.078/1	Компот из изюма	180	0,1	0	11	45,3
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		705	14,2	17,3	69	526,6
Полдник						
7.н039-1	Запеканка творожная	130	12,9	16,1	21,3	250,7
7.351	Сгущенное молоко	20	1,5	1,7	11,5	65,5
7.082-3	Снежок	150	2,5	3,1	21,2	159,7
Итого за полдник:		300	16,8	20,9	54	475,9
Итого за день:		1510	40	49,2	189,1	1386,8

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

(3-7лет) 10,5 часов

7 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.н027	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом "Дружба"	200	3,8	7,5	33,8	191,8
7.189-5	Батон	40	3,1	1,2	21,3	94
7.435/5	Сыр	9	2,2	2,2	0	29,1
4.14/10	Какао с молоком	180	2,1	2,1	20,1	95
Итого за завтрак:		429	11,1	13	75,2	409,9
10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
Итого за прием:		125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5
Обед						
4.13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	60	0,7	4,1	8,7	64,7
7.098/1	<u>Помидор порционный</u>	60	0,8	0,2	3,5	16,3
7.47с	<u>Суп-лапша с мясом кури</u>	200	3,8	2,3	11,1	90,8
7.179	Рис припущенный с овощами	130	2,3	4,7	18	127,9
7.190	Гуляш из кури	80	7,3	5,9	2,3	121,1
7.15/13/1	Напиток из вишни	180	0,1	0	15,7	60,8
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	18,3	17,6	82,5	583,9
Полдник						
7.н038/6	Омлет натуральный	120	7,1	10,1	13,5	147,3
4.12/10	Чай с молоком	180	3,4	3,7	13,7	110,8
Итого за полдник:		300	10,5	13,8	27,2	258,1
Итого за день:		1569	40,5	44,5	195,1	1292,4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
8 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.5/4/1	Каша манная молочная	180	5,7	5,9	30,7	213
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	94,4
Итого за завтрак:		405	11,2	12,6	65,4	438,8
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.017/1	Зеленый горошек	60	1,1	0	3,1	23,6
7.14/1/4	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	1	0	2,9	21,5
7.136	<u>Борщ вегетарианский со сметаной</u>	200	2,2	2	12,8	39,3
7.64с/1	Картофельное пюре	130	2,6	3,4	19,1	124,9
7.355	Биточки рыбные (горбуша)	80	9,4	6,1	5,4	136,9
7.110/2	Компот из кураги	180	0,5	0	18,5	75,3
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	19,7	15,4	79,7	545,8
Полдник						
7.17/5/2	Пудинг из творога <i>или</i>	120	9,1	12,3	21,3	199,6
7.077/1	Сырники из творога	140	9,1	12,3	20,8	199,7
7.1/1/7	Джем	20	0,1	0	13,9	53
7.023	Йогурт питьевой	150	2,5	4,8	12,7	127,3
Итого за полдник:		290	11,7	17,1	47,9	379,9
Итого за день:		1510	43	45,2	203,1	1410,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
9 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.19/4/1	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)с маслом сливочным	180	5	5,7	25,8	190,6
7.175/1	Батон с маслом с сыром	40/5/9	5,8	6,2	22,6	172,7
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	10,6	44,4
Итого за завтрак:		414	10,7	11,9	59	407,6
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.425/1	Салат из капусты со сладкой кукурузой	60	0,8	4	8	59,1
7.130/1	Салат из свежих огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,5	2,1	2,5	28,3
7.101	Суп картофельный с мясом	180	2,7	5,2	9,9	89,1
7.н151-1	Макаронные изделия отварные	130	5	8,2	24,8	183,2
7.н163	Котлеты из мяса	80	9,8	10,9	3,7	149,3
7.197/1	<u>Компот из свежих яблок</u>	180	0,1	0,1	13,3	55,6
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		695	22,2	27,1	81	624,1
Полдник						
7.16/3/2	Свекла тушеная в сметанном соусе	130	2,2	3,2	15,2	63,4
	Кондитерское изделие	35	3,6	5	26	135,3
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,4	0	15,6	81
Итого за полдник:		345	6,3	8,2	56,8	279,7
Итого за день:		1554	39,7	47,3	206,9	1357,4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
10 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	200	5	6,1	28,8	159
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
4.12/10	Чай с молоком	180	3,4	3,7	13,7	110,8
Итого за завтрак:		425	11,5	14	63,9	401,2
10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
Итого за прием:		125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5
Обед						
7.31/1/5	Салат из отварного картофеля с реп.луком, с сол.огурцом и растительным маслом	60	0,7	2,8	6,9	60,5
7.55с/5	Суп геркулесовый с курой	200	4	3,7	13	103
7.н250/2	<u>Запеканка капустная с мясом</u>	200	10,8	13	15,6	303
7.1/11/2	Соус молочный	30	0,6	1,5	1,9	26,2
7.4/10/1	Компот из кураги и изюма	180	0,3	0	17,3	71,1
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		735	20,5	21,7	81,5	682,4
Полдник						
4.1/3	Картофель отварной	100	1,9	2,8	21,5	104,9
7.н125/2	Сельдь	30	5,1	2,6	0	43,8
4.11/10	Чай с лимоном	180	0	0	8,2	34,7
Итого за полдник:		310	7	5,4	29,7	183,4
Итого за день:		1595	39,6	41,2	185,1	1307,6
Итого за неделю:			40,6	45,5	195,9	1350,9

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
11 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.8/4/1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,3	7,1	25,8	188,6
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	10,6	44,4
Итого за завтрак:		405	8,4	11,4	57,8	364,4
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.275/3	Икра кабачковая	60	1,2	3,5	5,7	33,8
4.25/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,4	2,8	13	93
7.142	<u>Каша перловая вязкая</u>	130	3,8	4,1	14,5	108,5
7.11/8/1	Гуляш из мяса	80	10,2	9,9	3,7	157,6
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	25,5	110,5
7.34/2/7	Гренки из ржаного хлеба	20	2,5	0,4	15,2	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	21,7	20,9	87,6	622
Полдник						
7.19/6	Суфле творожное	120	7,41	9,21	16,35	195,7
7.1/1/7	Джем	20	0,1	0	13,9	53
7.082-3	Снежок	150	3,7	4,6	15,7	119,5
Итого за полдник:		290	11,23	13,82	45,96	368,22
Итого за день:		1510	41,8	46,2	201,4	1400,6

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
12 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.16/4/1	Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным	180	4,5	5,8	21,8	170,8
7.189-5	Батон	40	3,1	1,2	21,3	94
7.1/1/8	Джем	10	0	0	7	26,5
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	94,4
Итого за завтрак:		410	10	9,5	63,4	385,7
10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
Итого за прием:		125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5
Обед						
№4.6/1	Салат из капусты с луком и растительным маслом	60	1	4,1	6,8	62,5
7.290	Салат из белокочанной капусты с помидорами	60	0,8	2,1	4	30,4
7.044с	<u>Суп овощной с мясом кури</u>	200	4,7	2,3	6,4	66,8
7.64с/1	Картофельное пюре	130	2,6	3,4	19,1	124,9
7.249	Печень говяжья по-строгановски	80	11,7	6,2	0,7	110,9
7.078/1	Компот из изюма	180	0,1	0	16,5	67,9
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	24,3	16,6	76,2	551,7
Полдник						
7.10/3/2	Морковь тушеная	130	1,8	6	3,6	108
	Кондитерское изделие	35	3,6	3,8	19,7	129,3
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,4	0	19,6	81
Итого за полдник:		345	5,9	9,8	42,9	318,3
Итого за день:		1570	40,7	36	192,6	1296,1

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
13 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.14/4/1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5,3	5,8	23,4	177,5
7.035	Батон с маслом	45	3,1	4,3	21,4	131,4
4.14/10	Какао с молоком	180	2,1	2,1	20,1	95
Итого за завтрак:		405	10,5	12,2	64,9	403,9
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.143	Салат из свеклы с чесноком	60	0,9	0,8	4,5	14,1
7.014-13	Огурец свежий порционный	60	0,5	0,1	2,3	8,4
7.н086	<u>Суп гороховый</u>	200	2,9	4,9	7,1	88,4
7.14/7	Суфле из рыбы (минтай)	80	11,9	3,8	2,9	103,1
7.179	Рис припущенный с овощами	130	3	5,7	19,4	113,3
7.110/2	Компот из кураги	180	0,5	0	18,5	75,3
7.34/2/7	Гренки из ржаного хлеба	20	2,5	0,4	15,2	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		695	23,1	15,9	77,6	512,8
Полдник						
7.103/6	Манник	80	4,1	14,5	38,7	267,1
7.023	Йогурт питьевой	150	2,5	4,8	12,7	127,3
Итого за полдник:		230	6,6	19,3	51,4	394,4
Итого за день:		1430	40,7	47,5	204	1357

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"**

		(3-7лет) 10,5 часов				
14 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.15/4/1	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	180	5,8	5,7	29,1	208,3
7.035	Батон с маслом	45	3,1	4,3	21,4	131,4
7.384	Молоко	180	3,9	5,1	7,7	56
	Итого за завтрак:	405	12,8	15	58,1	395,7
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.30/1/2	Салат из отварного картофеля,моркови с реп. луком с соленым огур.	60	0,9	3	6,6	92,4
7.19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	200	2,5	4,1	14,6	74,7
7.112	Капуста тушеная	130	2,9	4,1	11,6	91
7.н191	Тефтели из мяса	80	10,2	7,2	9,9	192
7.15/13/1	Напиток из вишни	180	0	0	15,7	50,8
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	20,6	19	85,1	619,5
	Полдник					
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром	130	3,1	10,3	23,3	188,7
4.12/10	Чай с молоком	180	3,4	3,7	13,7	110,8
	Итого за полдник:	310	6,5	14	37	299,5
	Итого за день:	1530	40,5	48,1	190,4	1360,7

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

(3-7лет) 10,5 часов

15 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.7/4/1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	5,6	5,8	23,8	204,4
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	94,4
Итого за завтрак:		405	11,1	12,6	58,5	430,2
10 часов						
7.79/5	Йогурт	100	2,8	3,2	11,3	85
Итого за прием:		100	2,8	3,2	11,3	85
Обед						
7.5/1/4	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	60	1	2	6,1	41,5
7.098/1	<u>Помидор порционный</u>	60	0,8	0,1	3,5	16,3
7.47с	<u>Суп-лапша с мясом кури</u>	200	2,3	2,4	11	81,8
7.4/3/2	Картофельное пюре с морковью <i>или</i>	130	1,4	3,9	11,9	99,3
8.1/3/2	Картофель отварной	130	1,5	3,6	12,1	98,4
7.114	Котлета из мяса кури	80	11,2	8,7	5	158,2
7.197/1	<u>Компот из свежих яблок</u>	180	0,7	0,6	13,3	55,6
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		715	20,7	18,3	74	555
Полдник						
3.8/20	Коржик	100	4,3	15,1	28,5	193
3.042	Фрукт/Фруктовое пюре	100./125	0,6	0,1	10,1	40,5
4.11/10	Чай с лимоном	180	0	0	8,2	34,7
Итого за полдник:		380	4,9	15,2	46,8	268,2
Итого за день:		1600	39,5	49,3	190,6	1338,4
Итого за неделю:			40,6	45,4	195,8	1350,6

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"**

		(3-7лет) 10,5 часов				
16 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.н119с-1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	4,4	6,6	20,8	182,2
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	10,6	44,4
	Итого за завтрак:	405	7,5	10,9	52,7	358
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.10/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	3,1	8	65,7
7.037с	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	200	2,3	2,5	7,6	91,6
7.180-2	Рагу из овощей	130	2,4	4,7	12,8	109,4
7.н163	Котлеты из мяса	80	10,4	10,9	3,7	179,4
7.078/1	Компот из изюма	180	0,1	0	16,5	67,9
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	20,1	21,9	75,5	632,6
	Полдник					
7.н039-1	Запеканка творожная	130	12,7	18	23,1	207,2
7.1/1/7	Джем	20	0,1	0	13,9	53
7.082-3	Снежок	150	3,7	4,6	15,7	119,5
	Итого за полдник:	300	16,5	22,6	52,7	379,7
	Итого за день:	1520	44,6	55,5	191	1416,3

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
17 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.19/4/1	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)с маслом сливочным	180	5	5,7	25,8	190,6
7.189-5	Батон	40	3,1	1,2	21,3	94
7.435/5	Сыр	9	2,2	2,2	0	29,1
4.14/10	Какао с молоком	180	2,1	2,1	20,1	95
	Итого за завтрак:	409	12,3	11,3	67,2	408,7
	10 часов					
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
	Итого за прием:	125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5
	Обед					
7.9/1	Салат из белокочанной капусты яблоком, морковью и раст.маслом	60	1	5,1	7,3	55,1
7.130/1	Салат из свежих огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,5	5	2,5	28,4
7.106	<u>Суп из овощей на курином бульоне</u>	200	1,5	1,4	8,1	58,7
7.053	Суфле из кур	80	8,9	14,3	3,6	182,4
7.368-4	<u>Греча с овощами</u>	130	3,8	6,9	23,6	150,1
7.15/13/1	Напиток из вишни	180	0,1	0	15,7	60,8
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	19,4	28,3	85	625,7
	Полдник					
7.38/3/1	Запеканка морковная	130	3,2	5,8	12	104,4
7.351	Сгущенное молоко <i>или</i>	20	1,5	1,7	6,5	65,5
7.362	Пюре из гороха со сливочным маслом	130	4,7	6,5	18,3	166,4
	Кодитерка	35	3,6	1,8	16,8	80,3
4.11/10	Чай с лимоном	180	0	0	8,2	34,7
	Итого за полдник:	345	8,4	8,3	43,3	281,4
	Итого за день:	1569	40,7	48	205,6	1356,3

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"**

		(3-7лет) 10,5 часов				
18 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.5/4/1	Каша манная молочная	180	4,7	4,9	30,7	203
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,5	13,3	94,4
	Итого за завтрак:	405	10,2	11,7	65,4	428,8
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.275/3	Икра кабачковая	60	1,2	5,4	5,7	13,8
7.014-3	Огурец свежий порционный	60	0,5	0,1	2,3	8,6
7.258	Свекольник вегетарианский со сметаной	200	1,8	2,1	8,8	74,9
7.355	Биточки рыбные (горбуша)	80	9,1	4,1	5,4	114,1
7.н151-1	Макаронные изделия отварные	130	5	8,2	24,8	183,2
7.110/2	Компот из кураги	180	0,5	0	18,5	75,3
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	715	18,2	16,2	77	496
	Полдник					
7.175/2	Пудинг из творога	120	10,1	12,3	23,9	194,6
7.1/17	Джем	20	0,1	0	11,9	53
7.023	Иогурт питьевой	150	2,5	4,8	12,7	127,3
	Итого за полдник:	290	12,7	17,1	48,5	374,9
	Итого за день:	1510	41,6	45,1	201	1345,7

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
19 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
Завтрак						
7.н027	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом "Дружба"	200	3,8	7,5	33,8	191,8
7.175/1	Батон с маслом с сыром	40/5/9	5,8	6,2	22,6	172,7
7.030/1	Чай со сгущенным молоком	200	2	2,2	17,1	103,6
Итого за завтрак:		454	11,6	15,9	73,5	468,1
10 часов						
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за прием:		100	0,5	0,1	10,1	46
Обед						
7.6/1	Салат из капусты с луком и растительным маслом	60	1	4	6,8	46,4
7.7/1	Салат из белокачанной капусты с огурцами и растительным маслом	60	0,7	5,1	2,7	46,2
7.043с-1	<u>Суп овощной с мясом со сметаной</u>	200	2,9	5,2	6,3	88,2
7.152/4	Азу или	200	10,4	9,8	22,3	326,4
7.н070-1	Жаркое по-домашнему	230	10,2	9,9	22,9	330,1
7.197/1	<u>Компот из свежих яблок</u>	180	0,1	0,1	13,3	55,6
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
Итого за обед:		705	18,5	19,8	75,5	635,2
Полдник						
7.3/6/4	Омлет с зеленым горошком (запеченный) <i>или</i>	100	10,3	6,2	11,1	113,4
7.4/6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	130	10,4	6,6	11,3	116,1
7.354/6	Чай с сахаром	180	0	0	10,6	44,4
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5
Итого за полдник:		380	10,9	6,3	31,9	198,2
Итого за день:		1639	41,5	42,1	191	1347,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 3-7 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"

		(3-7лет) 10,5 часов				
20 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины			Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут	
	Завтрак					
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	200	5	6,1	28,8	159
7.035	Батон с маслом	40/5	3,1	4,3	21,4	131,4
4.12/10	Чай с молоком	180	3,4	3,7	13,7	110,8
	Итого за завтрак:	425	11,5	14	63,9	401,2
	10 часов					
7.031	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.29/1	Салат из отв.картофеля,моркови,свеклы с реп.луком, сол.огурцом	60	0,9	5,4	6,6	43,9
7.н101-1	Суп картофельный с мясом птицы	200	3,7	1,9	10,9	87,2
7.061/3	<u>Бигус с мясом</u>	200	10,2	5,7	21,5	289,6
7.4/10/1	Компот из кураги и изюма	180	0,3	0	17,3	71,1
7.003	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,6	0,5	16,7	72,4
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	705	19,2	13,6	83	610,4
	Полдник					
7.21/3/3	Биточки (котлеты) картофельные запеченные или	130	3	7,1	13,8	148,5
7.22/3/3	Биточки (котлеты) картофельные с морковью запеченные	130	3,4	7,1	14,2	149,5
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,4	0	19,6	81
	Итого за полдник:	310	3,4	7,1	33,4	229,5
	Итого за день:	1540	34,6	34,8	190,4	1287,2
	Итого за неделю:		40,6	45,1	195,8	1350,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459992

Владелец Артеменко Елена Викторовна

Действителен с 28.02.2025 по 28.02.2026