







СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ ДС № 7 О.Н. Гарбуз



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

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

Сезон: лето-осень

| Воспитанники 1-3 года   |  |   |                  |       |          |          |       |
|---|--|---|------------------|-------|----------|----------|-------|
| Неделя 1<br>День 2<br>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  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **   | 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 1 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<br>День 2<br>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  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **   | 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 1 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 МБОУ ДС № \_\_\_\_\_**

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

| Сезон: лето-осень     |  |              |                  |      |          |          |
|-----------------------|--|--------------|------------------|------|----------|----------|
| Неделя 1              |  |              |                  |      |          |          |
| Воспитанники 1-3 года |  |              |                  |      |          |          |
| День 3                | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества |      |          |          |
|                       |  |              | Белки            | Жиры | Углеводы | ЭЦ, ккал |
| Среда                 |  |              |                  |      |          |          |
| 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 инш., 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     |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)  | 30           | 2,4              | 0,5  | 12       | 61,8     |
| 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              |  |              |                  |      |          |          |
| Воспитанники 3-7 лет  |  |              |                  |      |          |          |
| День 3                | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества |      |          |          |
|                       |  |              | Белки            | Жиры | Углеводы | ЭЦ, ккал |
| Среда                 |  |              |                  |      |          |          |
| 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 инш., 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     |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)  | 30           | 2,4              | 0,5  | 12       | 61,8     |
| 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.





УТВЕРЖДАЮ  
ИП Козлов В.И.



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ ДС № 7 О.Н.  
Гарбуз

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

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

Сезон: лето-осень

| Воспитанники 1-3 года         |  |              |                  |       |          |          |
|-------------------------------|--|--------------|------------------|-------|----------|----------|
| Неделя 1<br>Лень 4<br>Четверг | 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       |
|                               | 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 ПЕЧЕННЫЕ (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 СОЛЕННЫМИ 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,  | 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:                |  |              | 33               | 36,1  | 154,9    | 1082,4   |
| Воспитанники 3-7 лет          |  |              |                  |       |          |          |
| Неделя 1<br>Лень 4<br>Четверг | 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    |
|                               | 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 ПЕЧЕННЫЕ (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 СОЛЕННЫМИ 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,  | 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:                |  |              | 42,4             | 46,3  | 195,98   | 1375,4   |

\* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.





УТВЕРЖАЮ  
ИП Козлов В.И.



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБОУ ДС № 7 О.Н.  
Гарбуз

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

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

Сезон: лето-осень

| Воспитанники 1-3 года         |  |              |                  |       |          |          |
|-------------------------------|--|--------------|------------------|-------|----------|----------|
| Неделя 1<br>День 5<br>Пятница | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ, ккал |
|                               |  |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |          |
| Завтрак                       | 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          |  |              |                  |       |          |          |
| Неделя 1<br>День 5<br>Пятница | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ, ккал |
|                               |  |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |          |
| Завтрак                       | 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 вылача иных кондитерских изделий  
Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



УТВЕРЖАЮ  
ИП Козлов В.И.



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ ДС № 7 О.Н.  
Гарбуз



Ежедневное меню основного (организованного) питания

воспитанников МБДОУ ДС № \_\_\_\_\_

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

Сезон: лето-осень.

| Воспитанники 1-3 года            |   |              |                  |             |              |               |
|----------------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| Нелзя 2<br>День 1<br>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          |
|                                  | <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>350</b>   | <b>9,7</b>       | <b>11,8</b> | <b>42,5</b>  | <b>316,8</b>  |
| Завтрак 2                        | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*  | 100          | 0,4              | 0,3         | 10,3         | 47            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      |   | <b>100</b>   | <b>0,4</b>       | <b>0,3</b>  | <b>10,3</b>  | <b>47</b>     |
| <b>Итого за завтрак:</b>         |   | <b>450</b>   | <b>10,1</b>      | <b>12,1</b> | <b>52,8</b>  | <b>363,8</b>  |
| 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          |
| <b>Итого за обед:</b>            | <b>580</b>  | <b>14,7</b>  | <b>16,60</b>     | <b>70,7</b> | <b>500,3</b> |               |
| 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          |
| <b>Итого за полдник:</b>         | <b>230</b>  | <b>6,1</b>   | <b>7,3</b>       | <b>29,7</b> | <b>207,5</b> |               |
| <b>Всего за день:</b>            |   |              | <b>30,9</b>      | <b>36</b>   | <b>153,2</b> | <b>1071,6</b> |
| Воспитанники 3-7 лет             |   |              |                  |             |              |               |
| Нелзя 2<br>День 1<br>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          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>435</b>  | <b>12,6</b>  | <b>14,2</b>      | <b>56</b>   | <b>404,1</b> |               |
| Завтрак 2                        | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*  | 100          | 0,4              | 0,3         | 10,3         | 47            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      |   | <b>100</b>   | <b>0,4</b>       | <b>0,3</b>  | <b>10,3</b>  | <b>47</b>     |
| <b>Итого за завтрак:</b>         |   | <b>535</b>   | <b>13</b>        | <b>14,5</b> | <b>66,3</b>  | <b>451,1</b>  |
| 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          |
| <b>Итого за обед:</b>            | <b>720</b>  | <b>19,5</b>  | <b>20,3</b>      | <b>91</b>   | <b>638,6</b> |               |
| 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          |
| <b>Итого за полдник:</b>         | <b>285</b>  | <b>7,7</b>   | <b>9,1</b>       | <b>37,4</b> | <b>260,6</b> |               |
| <b>Всего за день:</b>            |   |              | <b>40,2</b>      | <b>43,9</b> | <b>194,7</b> | <b>1350,3</b> |

\* - 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                     | Наименование блюда  | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |              |              | ЭЦ, ккал      |              |
| Вторник                     |   |                       | Белки            | Жиры         | Углеводы     |               |              |
| Завтрак                     | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **                                   | 30                    | 0,2              | 0            | 0,5          | 3,3           |              |
|                             | ФРИКАДЕЛКИ 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, шпоре 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          |              |
|                             | <b>Итого за прием пищи:</b>   |                       | <b>370</b>       | <b>10,66</b> | <b>12,1</b>  | <b>38,6</b>   | <b>304,8</b> |
| Завтрак 2                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*   | 100                   | 0,4              | 0,4          | 9,8          | 44            |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |   | <b>100</b>            | <b>0,4</b>       | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>   | <b>44</b>     |              |
| <b>Итого за завтрак:</b>    |   | <b>470</b>            | <b>11,06</b>     | <b>12,5</b>  | <b>48,4</b>  | <b>348,8</b>  |              |
| 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 шпоре, 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          |              |
| <b>Итого за обед:</b>       |   | <b>535</b>            | <b>15,3</b>      | <b>15,80</b> | <b>68,4</b>  | <b>476,7</b>  |              |
| Полдник                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)                                  | 5                     | 0                | 3,6          | 0,1          | 33,1          |              |
|                             | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшениной (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          |              |
|                             | <b>Итого за полдник:</b>  |                       | <b>310</b>       | <b>6,32</b>  | <b>7,4</b>   | <b>31,7</b>   | <b>216,3</b> |
| <b>Всего за день:</b>       |   |                       | <b>32,68</b>     | <b>35,7</b>  | <b>148,5</b> | <b>1041,8</b> |              |
|                             |   | Воспитанники 3-7 лет  |                  |              |              |               |              |
| Нелзя 2                     | Наименование блюда  | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |              |              | ЭЦ, ккал      |              |
| Вторник                     |   |                       | Белки            | Жиры         | Углеводы     |               |              |
| Завтрак                     | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **                                   | 50                    | 0,4              | 0,1          | 0,9          | 5,5           |              |
|                             | ФРИКАДЕЛКИ 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, шпоре 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          |              |
|                             | <b>Итого за прием пищи:</b>   |                       | <b>472</b>       | <b>13,8</b>  | <b>15,35</b> | <b>52,1</b>   | <b>402,1</b> |
| Завтрак 2                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*   | 100                   | 0,4              | 0,4          | 9,8          | 44            |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |   | <b>100</b>            | <b>0,4</b>       | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>   | <b>44</b>     |              |
| <b>Итого за завтрак:</b>    |   | <b>572</b>            | <b>14,2</b>      | <b>15,75</b> | <b>61,9</b>  | <b>446,1</b>  |              |
| 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 шпоре, 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          |              |
| <b>Итого за обед:</b>       |   | <b>675</b>            | <b>19,9</b>      | <b>20,4</b>  | <b>91,5</b>  | <b>628,4</b>  |              |
| Полдник                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)                                  | 5                     | 0                | 3,6          | 0,1          | 33,1          |              |
|                             | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшениной (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          |              |
| <b>Итого за полдник:</b>    |   | <b>397</b>            | <b>7,7</b>       | <b>8,9</b>   | <b>41,2</b>  | <b>275,5</b>  |              |
| <b>Всего за день:</b>       |   |                       | <b>41,8</b>      | <b>45,05</b> | <b>194,6</b> | <b>1350</b>   |              |

\* - 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 МБОУ ДС № \_\_\_\_\_**

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

Сезон: лето-осень

| Воспитанники 1-3 года       |   |              |                  |       |          |          |
|-----------------------------|---|--------------|------------------|-------|----------|----------|
| Неделя 2<br>День 3<br>Среда | Наименование блюда  | Вес блюда, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ, ккал |
|                             |   |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |          |
| Завтрак                     | <b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **</b>   | 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-т)   | 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.1 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<br>День 3<br>Среда | Наименование блюда  | Вес блюда, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ, ккал |
|                             |   |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |          |
| Завтрак                     | <b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **</b>   | 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-т)   | 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.1 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.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Козлов В.И.



СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ ДС № 7 О.Н.  
Гарбуз



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

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

Сезон: лето-осень

|                               |  | Воспитанники 1-3 года |                  |      |          |          |
|-------------------------------|--|-----------------------|------------------|------|----------|----------|
| Неделя 2<br>Лень 4<br>Четверг | Наименование блюда   | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |      |          |          |
|                               |  |                       | Белки            | Жиры | Углеводы | ЭЦ, ккал |
| 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     |
| 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<br>Лень 4<br>Четверг | Наименование блюда   | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |      |          |          |
|                               |  |                       | Белки            | Жиры | Углеводы | ЭЦ, ккал |
| 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     |
| 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.



УТВЕРЖДЕНО  
ИП Козлов В.И.



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ ДС № 7  
Н.Г.Гарбуз



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

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

Сезон: лето-осень

|                      |  | Воспитанники 1-3 года |                  |      |          |          |
|----------------------|--|-----------------------|------------------|------|----------|----------|
| Неделя 2             | Наименование блюда   | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |      |          | ЭЦ, ккал |
| День 5               |  |                       | Белки            | Жиры | Углеводы |          |
| Пятница              |  |                       |                  |      |          |          |
| 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., соль)  | 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%, макароны)   | 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             | Наименование блюда   | Вес блюда, г          | Пищевые вещества |      |          | ЭЦ, ккал |
| День 5               |  |                       | Белки            | Жиры | Углеводы |          |
| Пятница              |  |                       |                  |      |          |          |
| 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., соль)  | 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%, макароны)   | 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.