



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 День 2 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 День 2 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
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
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
	КОМПЮТ 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
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
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
	КОМПЮТ 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 Лень 4 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 Лень 4 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.



Ежедневное меню основного (организованного) питания воспитанников МБОУ ДС № _____

На « _____ » _____ 2024 год.

Сезон: лето-осень

		Воспитанники 1-3 года					
Неделя 1	День 5 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	День 5 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	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%, КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	140	5,1	5,8	15,6	135,8
		БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
		СОУС шоколадный (вода питьевая, молоко сгущ, сахар, какао-порошок, ванилин)	10	0,6	0,5	4,2	23,9
		Итого за прием пищи:	350	9,7	11,8	42,5	316,8
Завтрак 2		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:			100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:			450	10,1	12,1	52,8	363,8
Обед		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые)**	40	0,4	0	1	5,6
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	150	1,1	2,7	4,2	45
		СМЕТАНА терм. (сметана)	10	0,2	1,5	0,3	15,8
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	60	6,7	7,1	9,6	139,1
		РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, рис, соль, масло сл.)	110	2,8	4	28,5	161,1
		СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана, вода, мука пш, соль)	20	0,3	0,7	1,4	12,6
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	150	0,1	0,1	8,3	34,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	15	1,1	0,1	7,4	35,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
Итого за обед:			580	14,7	16,60	70,7	500,3
Полдник		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант) (хлеб пш., масло сл., сыр)	20	2,9	5,2	4	74,4
		ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом (молоко, вода, крупа манная, сахар, изюм, яйца, сухари панир, масло подс)	50	2,3	1,1	13,1	71,9
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	10	0,7	0,9	5,6	32,7
		ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	150	0,2	0,1	7	28,5
Итого за полдник:			230	6,1	7,3	29,7	207,5
Всего за день:				30,9	36	153,2	1071,6
Воспитанники 3-7 лет							
Нелзя 2	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2,5%, КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	6,6	7,4	20	174,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,1	4,9	23,4
		БЛИНЧИКИ (п/ф промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9
		СОУС шоколадный (вода питьевая, молоко сгущ, сахар, какао-порошок, ванилин)	15	0,8	0,8	6,3	35,8
		Итого за прием пищи:	435	12,6	14,2	56	404,1
Завтрак 2		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:			100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:			535	13	14,5	66,3	451,1
Обед		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые)**	60	0,7	0	1,4	8,4
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	180	1,3	3,2	5	54,1
		СМЕТАНА терм. (сметана)	10	0,2	1,5	0,3	15,8
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	80	8,9	9,4	12,9	185,5
		РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, рис, соль, масло сл.)	130	3,3	4,7	33,7	190,2
		СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана, вода, мука пш, соль)	20	0,3	0,7	1,4	12,6
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	180	0,1	0,1	10	41,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,3	58,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1
Итого за обед:			720	19,5	20,3	91	638,6
Полдник		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант) (хлеб пш., масло сл., сыр)	25	3,6	6,5	5	93
		ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом (молоко, вода, крупа манная, сахар, изюм, яйца, сухари панир, масло подс)	70	3,2	1,6	18,4	100,7
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	10	0,7	0,9	5,6	32,7
		ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	180	0,2	0,1	8,4	34,2
Итого за полдник:			285	7,7	9,1	37,4	260,6
Всего за день:				40,2	43,9	194,7	1350,3

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



Ежедневное меню основного (организованного) питания

воспитанников МБДОУ ДС № _____

На « _____ » _____ 2024 год.

Сезон: лето-осень

		Воспитанники 1-3 года					
Нелзя 2	Лель 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
Вторник	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, шоре томатное, масло подс, соль, сахар, лимонная к-та)	110	1,7	4	9,4	79,3
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	150	0,2	0,1	7,1	30
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
		Итого за прием пищи:	370	10,66	12,1	38,6	304,8
Завтрак 2		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за завтрак:	470	11,06	12,5	48,4	348,8
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы	40	0,5	2,4	2,5	33,6
		СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	150	1,5	2,3	6,7	53,6
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное шоре, масло подс.)	150	9,5	10,2	20,5	211,9
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
		ВАФЛИ (промышленное производство)***	10	0,3	0,3	7,7	35,4
		Итого за обед:	535	15,3	15,80	68,4	476,7
Полдник		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 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
		Итого за полдник:	310	6,32	7,4	31,7	216,3
		Всего за день:	32,68	35,7	148,5	1041,8	
		Воспитанники 3-7 лет					
Нелзя 2	Лель 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
Вторник	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, шоре томатное, масло подс, соль, сахар, лимонная к-та)	130	2	4,7	11,1	93,7
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	180	0,3	0,1	8,6	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	22	1,8	0,3	8,8	45,3
		Итого за прием пищи:	472	13,8	15,35	52,1	402,1
Завтрак 2		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за завтрак:	572	14,2	15,75	61,9	446,1
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы	60	0,8	3,7	3,7	50,4
		СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	180	1,8	2,8	8	64,3
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное шоре, масло подс.)	185	11,7	12,6	25,2	261,5
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
		ВАФЛИ (промышленное производство)***	15	0,4	0,5	11,6	53,1
		Итого за обед:	675	19,9	20,4	91,5	628,4
Полдник		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 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
		Итого за полдник:	397	7,7	8,9	41,2	275,5
		Всего за день:	41,8	45,05	194,6	1350	

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



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

На « _____ » _____ 2024 год.

Сезон: лето-осень

Воспитанники 1-3 года						
Неделя 2 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	40	0,4	0	1	5,6
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	135	6,3	9,7	9,4	150,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	150	1,2	1	8,6	48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	11	0,9	0,2	4,4	22,7
Итого за прием пищи:		356	10,3	11,1	33,2	273,2
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5
Итого за завтрак:		506	11,1	11,3	48,4	337,7
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, лим.к-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 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (томаты соленые) **	60	0,7	0	1,4	8,4
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	175	8,2	12,5	12,1	194,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	180	1,4	1,2	10,4	57,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	33	2,5	0,3	16,2	77,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	10	0,8	0,2	4	20,6
Итого за прием пищи:		458	13,6	14,2	44,1	358,2
Завтрак 2	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за прием пищи:		180	0,9	0,2	18,2	77,4
Итого за завтрак:		638	14,5	14,4	62,3	435,6
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, лим.к-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 Лень 4 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 Лень 4 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

Неделя 2		Воспитанники 1-3 года				
День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
Пятница			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	30	0,2	0	0,5	3,3
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	130	5,6	6	12,4	126
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	150	2,1	1,9	10,2	66
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,2	0,2	6	30,9
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,9	39	306,1
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		450	11	12,2	49,3	353,1
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч., 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%, мука пш.)	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
Неделя 2		Воспитанники 3-7 лет				
День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
Пятница			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	7	0,1	5,1	0,1	46,3
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы соленые) **	50	0,4	0,1	0,9	5,5
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	150	6,5	6,9	14,3	145,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5
Итого за прием пищи:		442	13,8	15	52,3	398
Завтрак 2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак:		542	14,2	15,3	62,6	445
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленые, лук репч., 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%, мука пш.)	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.