

Сот. ДАСОВАЦЮ
 Директор МБДОУ № 1



МЕНЮ
 на 103 2021г.

ДЕНЬ 8

Вторник, 2 неделя		Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
Завтрак		1-3		3-7	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8	10	35,8
54-21к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	150	138,4	200	184,5
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	56,6	40	56,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	37,7	180	45,2
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
Итого за Завтрак		370	316	450	369,6
Второй завтрак					
Пром.	Молоко 2.5%	150	80	150	80
Итого за Второй завтрак		150	80	150	80
Обед					
№40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком с растительным маслом	40	45,4	60	68,7
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	150	70,2	200	93,6
54-12м-2020	Плов с курицей	100/50	236	120/60	283,2
54-33хн-2020	Напиток апельсиновый	150	24,8	180	29,7
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Итого за Обед		530	457,5	660	556,3
Полдник					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	202,7	200	270,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	155	20,9	186	25,1
Пром.	Банан	100	95,6	100	46,9
Пром.	Пряник	30	109,8	30	95,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	109,8
Итого за Полдник		455	475,9	536	547,7
Итого за день		1505	1329,4	1796	1553,6



МЕНЮ
на 2.03.2020 г.

ДЕНЬ 9

Среда, 2 неделя		Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
Завтрак		1-3		3-7	
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	150	100,7	200	134,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	150	58,9	180	70,7
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
Итого за Завтрак		330	273,2	410	318,5
Второй завтрак					
Пром.	Ряженка	150	76,4	150	76,4
Итого за Второй завтрак		150	76,4	150	76,4
Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной с растительным маслом	40	30,4	60	45,6
54-8с-2020	Суп гороховый	150	99,9	200	133,1
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	130	202,5	150	233,7
№243	Сосиска говяжья отварная п/ф	50	123,57	50	123,57
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	21,2	30	21,2
54-3гн-2020	Кисель	150	37,9	180	45,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Итого за Обед		590	596,57	710	683,77
Полдник					
54-27м-2020	Рагу из курицы	110/40	163	140/60	217,3
54-10в-2020	Булочка ванильная	50	147,4	50	147,4
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Пром.	Сок яблочный	150	65	180	77,9
Итого за Полдник		370	409,6	450	476,8
Итого за день		1440	1355,77	1720	1555,47



МЕНЮ
на 3.03.2022

ДЕНЬ 10

Четверг, 2 неделя		Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
Завтрак		1-3		3-7	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8	10	35,8
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	304,2	150	304,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	19,6	180	23,5
Пром.	батон простой	20	47,5	20	47,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	65,5	20	65,5
Итого за Завтрак		350	472,6	380	476,5
Второй завтрак					
Пром.	Молоко 2.5%	150	80	150	80
Итого за Второй завтрак		150	80	150	80
Обед					
№41	Салат из отварной моркови с яблоками с растительным маслом	40	49,9	60	74,7
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	89,7	200	119,6
54-11г-2020	Картофельное пюре	130	120,8	150	139,4
54-2м-2020	Гуляш из говядины	40/40	185,7	40/40	185,7
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	60,7	180	72,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Итого за Обед		610	587,9	710	673,4
Полдник					
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	206,2	200	274,9
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	37,7	180	45,2
Пром.	Яблоко	100	44,4	100	44,4
Пром.	вафли с фруктовыми начинками	20	70	20	70
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Итого за Полдник		460	439,4	540	515,6
Итого за день		1570	1579,9	1780	1745,5



МЕНЮ
на 1 03 2022

ДЕНЬ 11

Пятница, 2 неделл		Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
Завтрак		1-3		3-7	
53-19а-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-18к-2020	Суп молочный с рисом	150	100,1	200	133,5
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	155	20,4	186	24,5
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
Итого за Завтрак		335	234,1	416	271,6
Второй завтрак					
Пром.	Ряженна	150	76,4	150	76,4
Итого за Второй завтрак		150	76,4	150	76,4
Обед					
54-16а-2020	Винегрет с растительным маслом	40	44,7	60	67,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	82,8	200	110,4
54-1г-2020	Макароны отварные	130	170,6	150	196,8
ном.рец №174	Тефтели мясные из говядины, полуфабрикат	75	150,5	75	150,5
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	21,2	30	21,2
54-2кн-2020	Компот из кураги	150	50,2	180	60,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	46,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	34,2
Итого за Обед		615	601,1	735	687,3
Полдник					
54-16ж-2020	Каша "Дружба"	150	126,7	200	168,9
54-3гн-2020	Сок яблочный	150	65	180	45,5
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Пирожок печеный с картошкой	100	49,6	100	49,6
Итого за Полдник		420	288,2	500	310,9
Итого за день		1520	1199,8	1801	1346,2



МЕНЮ
на 5.03.2022

ДЕНЬ 1

№ рецептуры	Название блюда	Масса, г	Калорийность, ккал.	Масса, г	Калорийность, ккал.
	Понедельник, 1 неделя				
	Завтрак	1-3		3-7	
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-9ж-2020	Каша вязкая молочная овсяная	150	204,6	200	272,8
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	56,6	40	56,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	37,7	180	45,2
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
	Итого за Завтрак	370	412,5	450	488,2
	Второй завтрак				
Пром.	Молоко 2.5%	150	80	150	80
	Итого за Второй завтрак	150	80	150	80
	Обед				
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	40	44,7	60	67,1
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	150	70,2	200	93,6
54-1г-2020	Макароны отварные	130	170,6	150	196,8
ном.рец №174	Тефтели мясные из говядины, полуфабрикат	75	150,5	75	150,5
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	21,2	30	21,2
54-1жн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	60,7	180	72,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
	Итого за Обед	615	599	735	683,2
	Полдник				
54-16ж-2020	Каша "Дружба"	150	126,7	200	168,9
54-3гн-2020	Кисель	150	37,9	180	45,5
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	20	70	20	46,9
Пром.	Апельсин	100	37,8	100	70
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	37,8
	Итого за Полдник	440	319,3	520	369,1
	Итого за день	1575	1410,8	1855	1620,5


 СОГЛАСОВАНО
 Директор МБДОУ «...»
 1.03.2022г.


 УТВЕРЖДАЮ
 ООО "Крестин"
 Ефремов В.Ю.
 1.03.2022г.

МЕНЮ
 на 9.03 2022г.

ДЕНЬ 3

	Среда, 1 неделя	Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
	Завтрак	1-3		3-7	
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	225,2	170	255,2
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	155	20,4	186	24,5
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
	Итого за Завтрак	335	359,2	386	393,3
	Второй завтрак				
Пром.	Молоко 2.5%	150	80	150	80
	Итого за Второй завтрак	150	80	150	80
	Обед				
№40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком с растительным маслом	40	45,4	60	68,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	150	69,2	200	92,2
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	130	202,5	150	233,7
№243	Сосиска говяжья отварная п/ф	50	123,57	50	123,57
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	21,2	30	21,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	150	58,9	180	70,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
	Итого за Обед	590	601,87	710	691,17
	Полдник				
54-3г-2020	Макаронь отварные с сыром	150	207,7	180	249,3
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	37,7	180	45,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Пряник	30	109,8	30	109,8
	Итого за Полдник	350	402,1	410	451,2
	Итого за день	1425	1443,17	1656	1615,67



МЕНЮ
 на 10.03 2024

ДЕНЬ 4

Четверг, 1 неделя		Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
Завтрак		1-3		3-7	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8	10	35,8
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	150	100,7	200	134,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	19,6	180	23,5
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
Итого за Завтрак		340	269,7	420	307,1
Второй завтрак					
Пром.	Сок яблочный	150	65	150	65
Итого за Второй завтрак		150	65	150	65
Обед					
№41	Салат из отварной моркови с яблоками с растительным маслом	40	49,9	60	74,7
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	89,7	200	119,6
54-21г-2020	Горошница	130	177,5	150	204,8
ном.рец №608	Котлета мясная Любительская, полуфабрикат с соусом	65/20	187,9	65/20	187,9
54-3гн-2020	Кисель	150	37,9	180	45,5
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	34,2
Итого за Обед		595	624	715	713,6
Полдник					
54-6г-2020	Сырники	150	293,6	150	293,6
54-21гн-2020	Какао с молоком	150	60,8	180	72,9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Сушка простая	15	49,6	15	49,6
Итого за Полдник		335	450,9	365	463
Итого за день		1420	1409,6	1650	1548,7

СОГЛАСОВАНО
 Директор МБДОУ «КА»

Иванов
 11.03.2022



УТВЕРЖДАЮ
 ООО «Крепись»

Иванова Н.Ю.
 11.03.2022

МЕНЮ
 на 11.03.2022

ДЕНЬ 5

	Пятница, 1 неделя	Масса, г	Калорийно сть, ккал.	Масса, г	Калорийно сть, ккал.
	Завтрак	1-3		3-7	
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	10	66,1
54-7к-2020	Каша манная	150	169,4	200	225,9
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	37,7	180	45,2
Пром.	Батон простой	20	47,5	20	47,5
	Итого за Завтрак	330	320,7	410	384,7
	Второй завтрак				
Пром.	Молоко 2.5%	150	80	150	80
	Итого за Второй завтрак	150	80	150	80
	Обед				
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	40	44,7	60	67,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	82,8	200	110,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	130	120,8	150	139,4
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	75	100	75	100
54-2жн-2020	Комлот из кураги	150	50,2	180	60,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	34,2
Пром.	Хлеб ржаной	20	34,2	20	46,9
	Итого за Обед	585	479,6	705	558,2
	Полдник				
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	202,7	200	270,3
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	150	58,9	180	70,7
Пром.	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Пром.	Пряник	30	109,8	30	109,8
	Итого за Полдник	350	418,3	430	497,7
	Итого за день	1415	1298,6	1695	1520,6