Понедельник, 5 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 1

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	4,22	4,92	23,38	155,56
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого:	364	9,60	13,02	46,65	345,81
2-ой Завтрак					
Кисломолочный напиток с сахаром	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00
Итого	152	4,35	3,75	8,00	83,00
Обед					
Капуста тушеная	30	0,61	0,97	2,82	22,53
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	3,61	2,87	10,55	90,56
Котлеты рубленные из говядины	50	8,42	9,35	8,22	150,76
Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	560,00	19,04	17,64	73,17	538,13
Полдник					
Чай с сахаром	150/5	0,06	0,02	5,01	19,95
Булочка дорожная	35	2,73	4,90	18,25	126,70
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:	290,00	3,19	5,32	33,06	193,65
Всего	1366,00	36,18	39,73	160,88	1160,59

Медицинская сестра _____ Степанова Г.И.

Вторник 6 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 2

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3	3,76	6,13	22,96	162,00
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,35	13,67	46,75	351,28
2-ой Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед					
Салат с картофелем и солеными огурцами	40	0,49	3,14	3.58	44,56
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5	1,26	4,00	6,81	73,58
Плов из отварной птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	550	18,41	15,69	81,78	549,32
Полдник					
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	20,73	16,98	29,49	353,40
Итого	290	20,83	17,00	34,67	375,18
Всего	1399,00	49,59	46,36	183,40	1360,22

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Среда 7 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 3

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/4	4,71	5,52	23,38	178,07
Чай с молоком, сахаром	180\6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	360	9,66	12,27	46,78	352,33
2-ой Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат из припущенной моркови с яблоками	40	0,43	0,07	3,45	16,16
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки, с мясом индейки	150/10	3,72	3,74	7,30	80,85
Биточки рубленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	40/20	5,46	4,70	8,85	99,98
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38
Кисель	150	0,45	0,08	13,50	62,70
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	578	18,06	11,83	80,24	510,30
Полдник					
Эч-почмак с говядиной	75	8,40	4,76	28,43	201,00
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Итого	230	8,91	4,97	34,00	227,15
Всего	1318,00	40,98	32,82	167,32	1165,78

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Понедельник 12 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 6

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	140/4	3,84	3,06	19,47	123,94
Чай с молоком, сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром с маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого	365	9,40	11,15	42,87	315,37
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Икра морковная	30	0,60	0,03	6,17	27,36
Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	150/10/5	3,42	5,60	5,70	91,45
Котлеты рыбные	50	6,41	3,41	5,58	72,63
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/2	2,65	1,77	25,86	134,03
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	642	16,30	11,69	80,96	501,70
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром	130	8,80	10,35	22,17	217,36
Чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого	325	10,70	10,35	41,49	290,25
Всего	1532	37,40	33,19	185,52	1191,76

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Вторник 13 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 7

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	4,71	4,80	23,38	171,47
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,48	11,57	46,65	344,55
2-й Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	40	0,78	2,09	3,91	37,68
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	2,13	2,75	11,28	86,55
Тефтели куриные запеченные в сметано-томатном соусе	40/20	4,98	5,17	5,89	90,00
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2	3,21	1,62	22,36	116,60
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	547	13,53	12,16	78,19	486,01
Полдник					
Гребешок с повидлом	40	3,67	5,65	20,12	146,00
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого	315	4,66	6,34	37,45	228,55
Всего	1371	32,01	33,82	168,59	1135,11

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Среда, 14 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 8

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	4,24	4,60	22,61	149,26
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,82	12,14	46,40	338,54
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,57	2,44	3,34	37,56
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5	3,18	4,89	5,00	81,56
Пюре Картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80
Биточки рубленые из рыбы	50	6,10	3,88	7,34	89,00
Компот из урюка	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	560	14,96	15,49	59,70	443,98
Полдник					
Омлет натуральный	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Чай с сахаром	150/5	0,05	0,02	5,02	20,08
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого	310	14.03	21,74	19,61	329,86
Всего	1429	39,82	49,36	145,91	1196,82

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Четверг 15 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 9

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	6,02	4,84	30,97	191,96
Чай с молоком, сахаром	180/6	3.03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого	364	11,58	12,93	54,37	383,39
2-й Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат из припущенной моркови с яблоками	40	0,43	0,07	3,45	16,16
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	150/6	2,51	6,73	21,51	166,84
Гуляш из отварной индейки	30/30	10,16	6,05	2,04	102,23
Макаронные изделия отварные	110	3,12	3,27	23,42	101,42
Кисель	150	0,45	0,08	13,50	63,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	551	18,98	16,62	77,77	518,58
Полдник					
Слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого	315	3,53	3,86	31,58	201,96
Всего	1380	38,45	37,16	170,02	1179,93

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Пятница 16 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 10

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359,00	10,56	13,05	49,56	358,74
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Салат из зеленого горошка к/с	30	0,89	1,55	1,88	25,08
Суп лапша домашняя на курином бульоне	150	1,54	3,33	6,97	69,45
Биточки «Домашние»	50	7,41	5,79	10,68	110,54
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/3	2,66	4,62	27,55	162,47
Компот из изюма и яблок	150	0,29	0,10	21,77	89,96
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	528	15,09	15,81	82,70	526,73
Полдник					
Жаркое из индейки	150	14,55	16,34	14,21	263,53
Напиток из шиповника	150/5	0,50	0,21	5,57	26,15
Кондитерское изделие печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого	325	16,55	18,51	34,66	373,08
Всего	1412	43,20	47,37	187,12	1342,99
Итого за 10 дней	14149	397,05	414,17	1675,82	12149,82

Медицинская сестра _____ Степанова Г.И.

Понедельник 19 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 1

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	4,22	4,92	23,38	155,56
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого:	364	9,60	13,02	46,65	345,81
2-ой Завтрак					
Кисломолочный напиток с сахаром	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00
Итого	152	4,35	3,75	8,00	83,00
Обед					
Капуста тушеная	30	0,61	0,97	2,82	22,53
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	3,61	2,87	10,55	90,56
Котлеты рубленные из говядины	50	8,42	9,35	8,22	150,76
Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	560,00	19,04	17,64	73,17	538,13
Полдник					
Чай с сахаром	150/5	0,06	0,02	5,01	19,95
Булочка дорожная	35	2,73	4,90	18,25	126,70
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:	290,00	3,19	5,32	33,06	193,65
Всего	1366,00	36,18	39,73	160,88	1160,59

Медицинская сестра _____ Степанова Г.И.

Вторник 20 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 2

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3	3,76	6,13	22,96	162,00
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,35	13,67	46,75	351,28
2-ой Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед					
Салат с картофелем и солеными огурцами	40	0,49	3,14	3.58	44,56
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5	1,26	4,00	6,81	73,58
Плов из отварной птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	550	18,41	15,69	81,78	549,32
Полдник					
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	20,73	16,98	29,49	353,40
Итого	290	20,83	17,00	34,67	375,18
Всего	1399,00	49,59	46,36	183,40	1360,22

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Среда 21 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет

День 3

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/4	4,71	5,52	23,38	178,07
Чай с молоком, сахаром	180\6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	360	9,66	12,27	46,78	352,33
2-ой Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат из припущенной моркови с яблоками	40	0,43	0,07	3,45	16,16
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки, с мясом индейки	150/10	3,72	3,74	7,30	80,85
Биточки рубленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	40/20	5,46	4,70	8,85	99,98
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38
Кисель	150	0,45	0,08	13,50	62,70
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	578	18,06	11,83	80,24	510,30
Полдник					
Эч-почмак с говядиной	75	8,40	4,76	28,43	201,00
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Итого	230	8,91	4,97	34,00	227,15
Всего	1318,00	40,98	32,82	167,32	1165,78

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Четверг 22 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 4

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10.35	74,58
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого	364	11,17	14,38	49,56	375,91
2-ой Завтрак					
Сок нектар разливной	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого:	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Салат из зеленого горошка к/с	30	0,89	1,55	1,88	25,08
Суп гороховый с картофелем, на курином бульоне	150	3,29	3,16	9,92	88,95
Фрикадельки из птицы	60	8,43	7,55	5,28	123,00
Рагу из овощей	120	2,02	12,56	9,83	162,29
Компот из урюка	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	565	18,81	25,42	64,43	572,38
Полдник					
Чай с сахаром	150\5	0,053	0,015	5,02	20,08
Омлет натуральный	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого:	430	14,51	22,22	31,37	386,26
Всего:	1559	45,50	62,01	165,56	1418,99

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Пятница 23 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 5

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Суп молочный со звездочками	180	5,18	4,69	15,15	119,16
Какао с молоком	180\6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	25\5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого:	396	10,76	12,23	43,89	324,40
2-й Завтрак					
Кисломолочный напиток с сахаром	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00
Итого:	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00
Обед					
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,57	2,44	3,34	37,56
Рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	3,38	4,98	7,87	96,41
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20	9,93	8,14	23,31	206,57
Компот из изюма и яблок	150	0,29	0,10	21,77	89,96
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	545	16,81	16,14	72,13	509,70
Полдник					
Ватрушка королевская	130	15,98	9,50	50,58	350,13
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Итого	290	2,00	0,22	17,48	80,53
Всего	1383	33,92	32,34	141,50	997,63

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Понедельник 26 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 6

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	140/4	3,84	3,06	19,47	123,94
Чай с молоком, сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром с маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого	365	9,40	11,15	42,87	315,37
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Икра морковная	30	0,60	0,03	6,17	27,36
Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	150/10/5	3,42	5,60	5,70	91,45
Котлеты рыбные	50	6,41	3,41	5,58	72,63
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/2	2,65	1,77	25,86	134,03
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	642	16,30	11,69	80,96	501,70
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром	130	8,80	10,35	22,17	217,36
Чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого	325	10,70	10,35	41,49	290,25
Всего	1532	37,40	33,19	185,52	1191,76

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Вторник 27 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 7

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	4,71	4,80	23,38	171,47
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,48	11,57	46,65	344,55
2-й Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком к/с	40	0,78	2,09	3,91	37,68
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	2,13	2,75	11,28	86,55
Тефтели куриные запеченные в сметано-томатном соусе	40/20	4,98	5,17	5,89	90,00
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2	3,21	1,62	22,36	116,60
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	547	13,53	12,16	78,19	486,01
Полдник					
Гребешок с повидлом	40	3,67	5,65	20,12	146,00
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого	315	4,66	6,34	37,45	228,55
Всего	1371	32,01	33,82	168,59	1135,11

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Среда 28 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 8

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	4,24	4,60	22,61	149,26
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359	9,82	12,14	46,40	338,54
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,57	2,44	3,34	37,56
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5	3,18	4,89	5,00	81,56
Пюре Картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80
Биточки рубленые из рыбы	50	6,10	3,88	7,34	89,00
Компот из урюка	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	560	14,96	15,49	59,70	443,98
Полдник					
Омлет натуральный	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Чай с сахаром	150/5	0,05	0,02	5,02	20,08
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого	310	14.03	21,74	19,61	329,86
Всего	1429	39,82	49,36	145,91	1196,82

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Четверг 29 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 9

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	6,02	4,84	30,97	191,96
Чай с молоком, сахаром	180/6	3.03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого	364	11,58	12,93	54,37	383,39
2-й Завтрак					
Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед					
Салат из припущенной моркови с яблоками	40	0,43	0,07	3,45	16,16
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	150/6	2,51	6,73	21,51	166,84
Гуляш из отварной индейки	30/30	10,16	6,05	2,04	102,23
Макаронные изделия отварные	110	3,12	3,27	23,42	101,42
Кисель	150	0,45	0,08	13,50	63,00
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	551	18,98	16,62	77,77	518,58
Полдник					
Слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого	315	3,53	3,86	31,58	201,96
Всего	1380	38,45	37,16	170,02	1179,93

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.

Пятница 30 мая

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Черемшанский
детский сад № 1 «Ромашка»
_____ Чернова Наталья Игоревна

Меню для детей от 1 до 3 лет
День 10

Наименования блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	Угл-ды	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого	359,00	10,56	13,05	49,56	358,74
2-й Завтрак					
Сок (нектар)	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,44
Обед					
Салат из зеленого горошка к/с	30	0,89	1,55	1,88	25,08
Суп лапша домашняя на курином бульоне	150	1,54	3,33	6,97	69,45
Биточки «Домашние»	50	7,41	5,79	10,68	110,54
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/3	2,66	4,62	27,55	162,47
Компот из изюма и яблок	150	0,29	0,10	21,77	89,96
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого	528	15,09	15,81	82,70	526,73
Полдник					
Жаркое из индейки	150	14,55	16,34	14,21	263,53
Напиток из шиповника	150/5	0,50	0,21	5,57	26,15
Кондитерское изделие печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого	325	16,55	18,51	34,66	373,08
Всего	1412	43,20	47,37	187,12	1342,99
Итого за 10 дней	14149	397,05	414,17	1675,82	12149,82

Медицинская сестра _____Степанова Г.И.