

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
Саракташский д\с №11
Г.А. Вдовина

Меню на "29 " июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Б	Ж	У	
Завтрак 1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200,00	6,50	6,00	31,20	206,00
	Чай с молоком	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	Хлеб с маслом	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		410,00	9,71	11,11	53,03	351,40
Завтрак 2	Фрукты свежие	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за 2 завтрак:		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	50,00	0,40	0,05	0,85	6,50
	Суп картофельный с клецками	200,00	8,00	7,30	9,00	137,00
	Гуляш из отварного мяса	70,00	9,02	7,13	2,30	109,38
	Картофельное пюре	150,00	3,11	4,20	20,60	135,00
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	Хлеб ржано- пшеничный	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	Хлеб пшеничный	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		710,00	25,46	19,32	83,17	617,08
Полдник	Кофейный напиток с молоком	180,00	2,88	2,43	14,31	71,10
	Бутерброды с джемом или повидлом	50,00	2,28	3,58	26,26	146,37
Итого за полдник:		230,00	5,16	6,01	40,57	217,47
Итого за седьмой день:		1450,00	40,73	36,84	186,57	1232,95

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
детского сада № 11 _____ Г.А. Вдовина

Меню на " " 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
		3-7 лет				
Завтрак 1	Суп молочный с лапшой	250,00	4,25	4,63	15,00	118,75
	Чай с молоком	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	Хлеб с маслом	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		460,00	7,46	9,74	36,83	264,15
Завтрак 2	Сок фруктовый	120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Итого за 2 завтрак:		120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Обед	Салат витаминный	50,00	0,55	5,05	5,30	69,00
	Суп картофельный со сметаной	200,00	1,30	2,10	9,00	61,00
	Котлеты или биточки рыбные	70,00	11,29	8,03	9,61	156,80
	Соус томатный	30,00	0,30	1,40	1,90	22,00
	Каша рисовая рассычатая	120,00	2,96	2,72	29,68	157,60
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	Хлеб пшеничный	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		710,00	21,33	19,94	105,91	695,60
Полдник	Кисломолочные продукты	180,00	5,40	0,09	7,20	72,00
	Печенье	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80
Итого за полдник:		220,00	8,40	4,01	36,96	238,80
Итого за восьмой день:		1510,00	37,79	33,81	191,80	1253,75

Утверждаю:

Заведующий МДОБУ

детского сада № 11 _____ Г.А. Вдовина

Меню на " " 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
		3-7 лет				
Завтрак 1	Запенка из творога	120,00	19,20	20,16	19,12	340,00
	Соус молочный сладкий	30,00	0,78	1,91	4,71	39,15
	Чай с лимоном	180,00	0,09	0,00	8,28	32,40

	Хлеб с маслом	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		360,00	22,02	25,92	43,86	502,05
Завтрак 2	Фрукты свежие	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за 2 завтрак:		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	Салат из отварной свеклы с растит маслом	50,00	0,67	4,17	3,42	53,34
	Рассольник со сметаной	200,00	1,40	2,60	9,40	68,00
	Курица в соусе с томатом	70,00	7,93	7,88	2,39	112,00
	Макаронные изделия отварные	140,00	4,94	3,54	30,24	175,46
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	Хлеб пшеничный	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		700,00	19,87	18,83	95,87	638,00
Полдник	Кисель из концентрата	180,00	1,26	0,00	26,10	109,80
	Пряники	50,00	2,95	2,35	37,50	183,00
Итого за полдник:		230,00	4,21	2,35	63,60	292,80
Итого за девятый день:		1390,00	46,50	47,50	213,13	1479,85

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ

детского сада № 11 _____ Г.А. Вдовина

Меню на " " 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Б	Ж	У	
Завтрак 1	Каша манная молочная с маслом сливочным	200,00	5,30	5,10	27,50	178,00
	Чай с молоком	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	Хлеб с маслом	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		410,00	8,51	10,21	49,33	323,40
Завтрак 2	Сок фруктовый	120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Итого за 2 завтрак:		120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Обед	Овощи натуральные (огурец)	50,00	0,40	0,05	1,25	7,00

	<i>Суп рыбный из консервов</i>	<i>200,00</i>	<i>8,14</i>	<i>2,08</i>	<i>13,32</i>	<i>120,68</i>
	<i>Жаркое по-домашнему</i>	<i>180,00</i>	<i>9,56</i>	<i>9,77</i>	<i>17,46</i>	<i>219,37</i>
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	<i>180,00</i>	<i>0,45</i>	<i>0,00</i>	<i>24,30</i>	<i>99,00</i>
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	<i>20,00</i>	<i>1,32</i>	<i>0,24</i>	<i>6,80</i>	<i>36,20</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40,00</i>	<i>3,16</i>	<i>0,40</i>	<i>19,32</i>	<i>94,00</i>
<i>Итого за обед:</i>		<i>670,00</i>	<i>23,03</i>	<i>12,54</i>	<i>82,45</i>	<i>576,25</i>
<i>Полдник</i>	<i>Кисломолочные продукты</i>	<i>180,00</i>	<i>5,40</i>	<i>0,09</i>	<i>7,20</i>	<i>72,00</i>
	<i>Печенье</i>	<i>40,00</i>	<i>3,00</i>	<i>3,92</i>	<i>29,76</i>	<i>166,80</i>
<i>Итого за полдник:</i>		<i>220,00</i>	<i>8,40</i>	<i>4,01</i>	<i>36,96</i>	<i>238,80</i>
<i>Итого за десятый день:</i>		<i>1420,00</i>	<i>40,54</i>	<i>26,88</i>	<i>180,84</i>	<i>1193,65</i>