

Утверждено

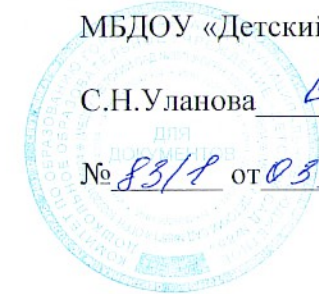
Приказом Заведующего

МБДОУ «Детский сад №85»

С.Н.Уланова



№ 83/8 от 03.08. 2025



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №85»

МЕНЮ

Неделя первая

Возрастная категория: дети 1-3 лет

Возрастная категория: дети 3- 7лет

День **понедельник**

Неделя **первая**

Возрастная категория : **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
завтрак					
Макароны отварные с маслом с сыром	130	5	6	21	134
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Чай сладкий	150	0	0	7	28
сок	100	0	0	10	46
итого	455	11	14	53	380
обед					
Свекла отварная порционная	30	0	0	2	10
Щи со свежей капустой и картофелем на м /б, со сметаной	150	3	5	10	73
Котлета мясная рубленая с соусом	60	8	5	14	106
Каша гречневая вязкая с маслом	120	3	2	20	112
Хлеб пшеничный	40	3	2	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	9	39
итого	560	17	9	77	451
Полдник 2					
Пирожное песочное с повидлом	50	2	5	11	88
Молоко кипяченое	150	4	5	7	81
Фрукт	95	0	0	9	44
итого	295	6	10	27	213
ужин					
Морковные биточки с молочным подливом	150	3	10	30	191
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
варенец	150	4	3	6	118
итого	320	8	14	46	356
всего		42	47	203	1400

День **понедельник**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак					
Макаронны отварные с маслом с сыром	150	6	7	30	230
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Чай сладкий	180	0	0	14	57
сок	100	0	0	10	46
итого	515	13	15	70	522
обед					
Свекла отварная порционная	50	0	0	3	16
Щи со свежей капустой и картофелем на м /б, со сметаной	180	3	7	12	127
Котлета мясная рубленая с соусом	80	11	13	9	141
Каша гречневая вязкая с маслом	150	3	2	33	129
Хлеб пшеничный	48	3	0	23	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов	180	0	0	8	46
итого	700	20	22	92	591
Полдник					
Пирожное песочное с повидлом	70	0	1	25	116
Молоко кипяченое	180	5	4	9	97
фрукт	100	0	0	10	47
итого	350	5	5	44	260
ужин					
Морковные биточки с молочным соусом	180	5	13	35	235
Хлеб пшеничный	30	2	0	14	70
варенец	180	9	5	6	122
итого	390	16	18	55	427
всего		54	60	261	1800

День **вторник**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша кукурузная молочная с маслом	150	4	4	44	219
Бутерброд с маслом ,повидло	35+15	2	3	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	9
Кофейный н-к с молоком витаминизированный	150	1	1	8	56
сок	100	0	0	9	44
итого	454	8	9	76	438
ОБЕД					
Свекла порционная отварная	30	0	0	2	10
Суп картофельный с яичными хлопьями на м/б,	150	7	12	11	119
Капуста тушеная с отварным мясом	190	11	11	17	169
Хлеб пшеничный	40	3	2	10	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Кисель из повидла ,джема, варенья	150	0	0	10	40
итого	570	21	25	53	449
ПОЛДНИК					
Расстегай с повидлом	40	3	3	25	111
снежок	150	3	4	6	101
фрукт	95	0	0	9	44
итого	285	6	7	40	256
ужин					
Запеканка из творога со сладким сметанным подливом	150	7	6	13	163
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
Чай сладкий	150	0	0	11	47
ИТОГО	320	8	7	34	257
ВСЕГО		43	48	203	1400

День **вторник**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша кукурузная молочная с маслом	155	5	5	48	251
Бутерброд с маслом , повидло	45+14	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	14
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	180	2	1	10	68
сок	100	0	0	9	44
ИТОГО	500	11	11	83	504
обед					
Свекла порционная отварная	50	0	0	3	16
Суп картофельный с яичными хлопьями на м/б	180	9	13	12	143
Капуста тушеная с отварным мясом	230	12	12	21	205
Хлеб пшеничный	48	3	3	21	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Кисель из повидла ,джема, варенья	180	0	0	12	49
ИТОГО	700	24	28	73	545
ПОЛДНИК					
Расстегай с повидлом	50	5	5	45	156
снежок	180	4	5	8	122
фрукт	100	0	0	10	47
итого	330	9	10	63	325
ужин					
Запеканка из творога со сладким сметанным подливом	200	8	10	14	299
Хлеб пшеничный	30	2	1	14	70
Чай сладкий	180	0	0	14	57
ИТОГО	410	10	11	42	426
ВСЕГО		54	60	261	1800

День среда

Неделя первая

Возрастная категория: дети 1-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
завтрак					
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Рыба тушеная с овощами	60	5	5	5	85
Рис отварной с маслом	81	4	2	41	120
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	14
Какао с молоком витаминизированный	150	3	2	12	87
сок	100	0	0	10	46
итого	450	17	16	83	493
обед					
Огурец соленый	30	0	0	0	4
Борщ с капустой и картофелем на кур/б со сметаной	150	4	7	10	142
Котлеты рубленые из кур. с соусом сметанным	60	8	9	11	66
Картофельное пюре с маслом	120	2	4	17	122
Хлеб пшеничный	40	3	2	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	8	39
итого	560	17	22	68	484
Полдник					
печенье	20	1	1	5	42
варенец	150	3	3	8	101
фрукт	95	0	0	9	44
ИТОГО	265	4	3	22	187
ужин					
Лапша в молоке с маслом	200	3	5	12	142
Хлеб пшеничный	20	1	1	11	47
Чай сладкий	150	0	0	7	47
ИТОГО	370	4	6	30	236
ВСЕГО		42	47	203	1400

День среда

Неделя первая

Возрастная категория: дети 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
ЗАВТРАК					
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Рыба ,тушеная с овощами	70	7	6	5	110
Рис отварной с маслом	80	5	6	50	135
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	21
Какао с молоком витаминизированное	180	4	3	18	126
сок	100	0	0	10	47
ИТОГО	501	22	22	99	597
ОБЕД					
Огурец соленый	50	0	0	0	6
Борщ с капустой и картофелем на кур.б/не со сметаной	180	5	8	12	153
Котлеты рубленые из кур запеченные с соусом сметанным	80	9	11	16	88
Картофельное пюре с маслом	150	3	4	19	140
Хлеб пшеничный	48	3	3	25	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов	180	0	0	9	46
ИТОГО	700	20	26	85	565
ПОЛДНИК					
печенье	33	3	3	8	70
варенец	180	4	5	9	122
фрукт	100	0	0	10	47
ИТОГО	313	7	8	27	239
УЖИН					
Лапша в молоке с маслом	200	3	4	25	272
Хлеб пшеничный	30	2	0	14	70
Чай сладкий	180	0	0	11	57
ИТОГО	410	5	4	50	399
ВСЕГО		54	60	261	1800

День **четверг**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Запеканка творожная со сладким мол. соусом	150	7	6	13	163
Сыр порционный	4	1	1	0	9
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	150	1	1	10	56
сок	100	0	0	9	44
ИТОГО	459	13	14	47	413
ОБЕД					
Огурец соленый порционный	30	0	0	0	4
Свекольник на м/б со сметаной	150	2	5	21	119
Бефстроганов из отварной печени с соусом	60	6	8	8	63
Гречневая каша вязкая с маслом	120	3	2	20	112
Хлеб пшеничный	40	3	2	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	2	17
Кисель из протертой ягоды с вит»С»	150	0	0	10	40
ИТОГО	560	14	17	80	449
полдник					
Крендель сахарный	40	4	5	26	165
Молоко кипяченое	150	4	5	7	81
фрукт	95	0	0	9	44
итого	285	8	10	42	290
ужин					
Картофель отварной с маслом	150	3	2	20	83
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
снежок	150	4	3	6	118
ИТОГО	320	8	6	36	248
ВСЕГО		42	47	203	1400

День **четверг**

Неделя **первая**

Возрастная категория : **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Запеканка творожная со сладким мол. соусом	150	8	7	24	299
Сыр порционный	6	1	1	0	14
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	180	2	1	10	68
сок	100	0	0	10	47
ИТОГО	501	16	15	60	586
ОБЕД					
Огурец соленый порционный	50	0	0	1	6
Свекольник на м/б со сметаной	180	4	11	21	155
Бефстроганов из отварной печени в соусе	80	7	13	10	84
Гречневая каша вязкая	150	4	4	30	129
Хлеб пшеничный	48	3	0	23	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Кисель из повидла, джема, варенья с вит «С»	180	0	0	12	49
ИТОГО	700	18	28	101	555
полдник					
Крендель сахарный	50	5	6	36	179
Молоко кипяченое	180	5	6	9	97
фрукт	100	0	0	10	47
итого	330	10	10	55	323
ужин					
Картофель отварной с маслом	200	3	2	23	125
Хлеб пшеничный	30	2	1	15	70
снежок	180	5	4	7	141
ИТОГО	410	10	7	45	336
ВСЕГО		54	60	261	1800

День **пятница**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная с маслом	130	8	6	37	139
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	9
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Какао с молоком витаминизированное	150	3	2	12	87
сок	100	0	0	10	44
ИТОГО	459	18	17	74	451
ОБЕД					
свёкла отварная порционная	30	1	0	2	12
Суп овощной на м/б со сметаной	150	3	5	9	167
Плов с мясом из отварной говядины	190	6	10	18	171
Хлеб пшеничный	40	3	0	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	8	39
итого	570	13	15	59	500
ПОЛДНИК					
печенье	20	1	1	5	42
фрукты	95	0	0	9	44
варенец	150	3	3	8	101
ИТОГО	265	4	4	22	187
УЖИН					
Тефтели рыбные с тушеной морковью	200	7	10	27	187
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
Чай сладкий с молоком	150	0	0	11	28
ИТОГО	370	8	11	48	262
ВСЕГО		43	47	203	1400

День **пятница**

Неделя **первая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	150	9	7	34	148
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	14
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Какао с молоком витаминизированное	180	4	3	18	126
сок	100	0	0	9	44
итого	521	21	19	77	521
ОБЕД					
свёкла отварная порционная	50	0	0	3	21
Суп овощной на м/б со сметаной	180	8	8	9	200
Плов с мясом из отварной говядины	230	7	12	19	212
Хлеб пшеничный	48	3	1	25	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов с вит»	180	0	0	18	46
итого	700	18	21	78	611
полдник					
печенье	33	3	3	8	70
Фрукт	100	0	0	10	47
варенец	180	4	5	9	122
итого	313	7	8	27	239
ужин					
Тефтели рыбные с тушеной морковью	200	6	12	50	302
Хлеб пшеничный	30	2	0	15	70
Чай сладкий с молоком	180	0	0	14	57
итого	410	8	12	79	429
всего		54	60	261	1800

МЕНЮ

Неделя вторая

Возрастная категория: дети 1-3 лет

Возрастная категория: дети 3- 7лет

День **понедельник**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша рисовая на сухом молоке с маслом	130	3	5	21	145
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	9
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Чай сладкий	150	0	0	8	34
сок	100	0	0	10	46
ИТОГО	459	10	13	54	366
ОБЕД					
Морковь отварная порционная	30	0	0	2	10
Борщ с капустой и картофелем на м/б со сметаной	150	4	6	18	137
Гуляш из отварного мяса	50	8	8	15	107
Макароны отварные с маслом	110	3	4	11	134
Хлеб пшеничный	40	3	2	19	94
Хлеб столичный	10	3	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	8	39
ИТОГО	540	18	20	76	538
Полдник 2					
печенье	20	1	2	5	82
Молоко кипяченое	150	4	4	7	81
фрукт	95	0	0	9	44
ИТОГО	265	5	6	21	207
ужин					
Ленивые вареники с маслом	150	5	4	34	141
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
снежок	150	3	3	8	101
ИТОГО	320	9	8	52	289
ВСЕГО		42	47	203	1400

День **понедельник**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша рисовая на сух молоке с маслом	150	3	5	14	147
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	14
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Чай сладкий	180	0	0	14	57
сок	100	0	0	10	46
ИТОГО	521	11	14	54	453
ОБЕД					
Отварная морковь порционная	50	0	0	3	15
Борщ с капустой и картофелем на м/б со смет.	180	4	6	10	164
Гуляш из отварного мяса	80	9	12	20	142
Макароны отварные с маслом	150	6	8	30	168
Хлеб пшеничный	48	3	3	21	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов	180	0	0	9	46
ИТОГО	700	22	29	97	667
ПОЛДНИК					
печенье	33	3	2	8	70
Молоко кипяченое	180	5	6	9	97
фрукт	100	0	0	10	47
ИТОГО	313	8	8	27	214
УЖИН					
Ленивые вареники с маслом	150	11	9	50	254
Хлеб пшеничный	30	2	0	14	70
снежок	180	0	0	19	142
ИТОГО	360	13	9	83	466
ВСЕГО		54	60	261	1800

День **вторник**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша гречневая с молоком	150	4	6	14	113
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	9
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Какао с молоком витаминизированное	150	3	2	12	87
сок	100	0	0	10	46
итого	459	12	15	51	396
ОБЕД					
Свекла отварная порционная	30	0	0	2	10
Рассольник на м/б со сметаной	150	2	6	11	100
Картофельная запеканка с отварным мясом с маслом	190	12	10	18	250
Хлеб пшеничный	40	3	2	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Кисель из повидла .джема. варенья	150	0	0	10	40
итого	570	17	18	63	511
полдник					
Домашняя булочка (ясли)	40	2	6	15	140
варенец	150	4	3	14	101
фрукт	95	0	0	9	44
ИТОГО	285	6	9	38	285
УЖИН					
Морковные биточки с джемом	150	7	4	30	114
Хлеб пшеничный	20	1	1	10	47
Чай сладкий	150	0	0	11	47
ИТОГО	320	8	5	51	208
ВСЕГО		43	47	203	1400

День **вторник**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
завтрак					
Каша гречневая с молоком	150	5	8	16	221
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	14
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Какао с молоком витаминизированное	180	4	3	18	126
сок	100	0	0	10	46
итого	501	15	18	60	565
обед					
свекла отварная порционная	50	0	0	3	24
Рассольник на м/б со сметаной	180	3	6	18	146
Картофельная запеканка с отварным мясом с маслом	230	14	13	28	265
Хлеб пшеничный	48	3	0	23	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Кисель из повидла . джема. варенья	180	0	0	12	47
итого	700	20	19	88	614
полдник					
Пирог с капустой	70	5	8	35	200
варенец	180	4	5	9	122
фрукт	100	0	0	10	47
итого	350	9	13	54	369
ужин					
Морковные биточки с джемом	180	8	9	30	125
Хлеб пшеничный	30	2	1	15	70
Чай сладкий	180	0	0	14	57
итого	390	10	10	59	252
всего		54	60	261	1800

День среда

Неделя вторая

Возрастная категория : дети 1-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
завтрак					
Каша манная молочная с маслом	130	3	4	16	134
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	14
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	150	2	1	8	56
сок	100	0	0	10	46
итого	455	10	12	49	391
обед					
Огурец соленый порционный	30	0	0	0	4
Суп с клецками на кур бульоне	150	4	4	11	99
Кнели рубленые из птицы паровые со сметанным соусом	60	6	8	8	85
Рис отварной с маслом	120	5	4	53	140
Хлеб пшеничный	40	3	1	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	8	39
итого	560	18	17	102	478
Полдник					
печенье	20	1	1	5	42
Молоко кипяченое	150	4	5	7	81
фрукт	95	0	0	9	44
итого	265	5	6	21	167
ужин					
Рыбные биточки запеченные в молочном соусе	60	5	6	15	162
Пюре свекольное	130	1	4	5	88
Хлеб пшеничный	20	1	1	9	47
Чай сладкий с молоком	150	2	1	7	67
итого	360	9	12	31	364
итого		42	47	203	1400

День среда

Неделя вторая

Возрастная категория : дети 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша манная молочная с маслом	150	4	5	42	180
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	21
Яйцо отварное 1/2	20	2	2	0	31
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	180	2	2	10	68
сок	100	0	0	10	46
итого	501	12	14	78	473
ОБЕД					
Огурец соленый порционный	50	0	0	1	6
Суп с клецками на кур бульоне	180	6	5	12	155
Кнели рубленные из птицы паровые с соусом	80	7	15	13	185
Рис отварной с маслом	150	7	4	55	140
Хлеб пшеничный	48	3	0	22	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов	180	0	0	8	32
итого	700	23	24	115	650
ПОЛДНИК					
печенье	33	3	3	6	70
Молоко кипяченое	180	5	6	9	97
фрукт	100	0	0	10	47
итого	313	8	9	25	214
УЖИН					
Рыбные биточки запеченные в молочном соусе	80	6	7	16	183
Пюре свекольное	150	1	4	5	128
Хлеб пшеничный	30	2	1	15	70
Чай сладкий с молоком	180	2	1	7	82
ИТОГО	440	11	13	43	463
ВСЕГО		54	60	261	1800

День **четверг**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Суфле творожное, запеченное с молочным соусом	150/11	5	8	13	136
Сыр порционный	4	1	1	0	14
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Какао с молоком витаминизированное	150	3	2	12	87
сок	100	0	0	10	46
итого	450	11	15	49	391
ОБЕД					
Свекла порционная отварная	30	0	0	4	14
Суп с бобовыми со сметаной	130	3	6	24	103
Фрикадельки мясные для супов	20	5	4	0	80
Рулет из рыбы с яйцом	60	7	6	11	128
Картофельное пюре с маслом	120	2	4	17	113
Хлеб пшеничный	40	3	0	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Кисель из повидла ,джема ,варенья	150	0	0	10	41
итого	560	20	20	88	599
ПОЛДНИК					
Круассан с повидлом	50	4	5	15	51
варенец	150	4	3	14	118
фрукт	95	0	0	9	44
итого	295	8	8	38	213
УЖИН					
Рагу из овощей	200	2	4	12	122
Хлеб пшеничный	20	1	0	9	47
Чай сладкий с молоком	150	0	0	7	28
ИТОГО	370	3	4	28	197
ВСЕГО		42	47	203	1400

День **четверг**

Неделя **вторая**

Возрастная категория : **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		Белки	Жиры	Углевод ы	
ЗАВТРАК					
Суфле творожное , запеченное с молочным соусом	150 /20	5	8	14	136
Сыр порционный	6	1	1	0	21
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Какао с молоком	180	4	3	18	126
сок	100	0	0	10	47
итого	501	13	16	58	457
ОБЕД					
Свекла порционная отварная	50	0	0	5	17
Суп с бобовыми со сметаной	180	4	8	15	203
Рыбный рулет с яйцом	80	14	7	17	125
Картофельное пюре с маслом	150	5	5	21	127
Хлеб пшеничный	48	3	0	23	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Кисель из повидла, джема ,варенья с вит «С»	180	0	0	14	59
итого	700	26	20	99	663
ПОЛДНИК					
Круасан с повидлом	70	5	8	20	185
варенец	180	4	4	6	118
фрукт	100	0	0	10	47
итого	350	9	12	36	350
УЖИН					
Овощное рагу с маслом	210	4	12	38	126
Хлеб пшеничный	30	2	0	14	70
Чай сладкий	180	0	0	16	87
ИТОГО	420	6	12	68	330
ВСЕГО		54	60	261	1800

День **пятница**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 1-3 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша овсяная молочная с маслом	130	4	6	19	74
Бутерброд с маслом	35	2	4	15	110
Сыр порционный	4	1	1	0	14
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	150	1	1	8	56
сок	100	0	0	9	44
ИТОГО	459	12	16	51	360
ОБЕД					
Морковь отварная порционная	30	0	0	2	10
Суп картофельный на м/б с макаронными изделиями	150	5	7	15	173
Запеканка капустная с мясом отварным	190	8	10	39	202
Хлеб пшеничный	40	3	0	19	94
Хлеб столичный	10	0	0	3	17
Компот из сухофруктов	150	0	0	8	32
итого	570	16	17	86	528
ПОЛДНИК					
Крендель сахарный	40	4	4	25	165
Молоко кипячёное	150	4	4	7	81
фрукт	95	0	0	9	44
ИТОГО	285	8	8	41	290
УЖИН					
Суфле печеночное с рисом	200	6	6	2	57
Хлеб пшеничный	20	1	0	9	47
снежок	150	0	0	14	118
ИТОГО	370	7	6	25	222
ВСЕГО		43	47	203	1400

День **пятница**

Неделя **вторая**

Возрастная категория: **дети 3-7 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность Ккал.
		белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша овсяная молочная с маслом	150	5	8	30	180
Бутерброд с маслом	45	3	4	16	127
Сыр порционный	6	1	1	0	21
Яйцо отварное	40	4	4	0	62
Кофейный напиток с молоком витаминизированный	180	2	1	10	91
сок	100	0	0	10	44
ИТОГО	521	15	18	66	525
ОБЕД					
Морковь порционная	50	0	0	3	15
Суп картофельный на м/б с макаронными изделиями	180	6	11	13	168
Запеканка капустная с мясом отварным	230	7	9	56	321
Хлеб пшеничный	48	3	3	21	112
Хлеб столичный	12	0	0	4	20
Компот из сухофруктов	180	0	0	9	46
ИТОГО	700	16	23	106	682
ПОЛДНИК					
Крендель сахарный	50	5	4	36	179
Молоко кипячёное	180	5	6	9	97
фрукт	100	0	0	10	47
ИТОГО	330	10	10	55	323
УЖИН					
Суфле печеночное с рисом	200	7	4	10	78
Хлеб пшеничный	30	2	1	15	70
снежок	180	4	4	9	122
ИТОГО	410	13	9	34	270
ВСЕГО		54	60	261	1800

