

Согласовано:

Заведующий МАДОУ №26

муниципального района

Белебеевский район

Республики Башкортостан

Е.М.Калиниченко

«01» марта 2026г.

Утверждаю:

И.И. Горбачевская И.И.

И.И. Горбачевская

«01» марта 2026г.

Примерное 2-х недельное меню для организации питания детей в МАДОУ (весенний период)

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х до 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	№ рецепт./ год сборн. №/г.	
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 1 (Понедельник)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Бутерброд с маслом	35	40	2.4	2.4	4.4	8.6	14.5	14.6	109	146	1/2004г
	Макарон.изд.с тертым сыром	140	165	8	9.7	7.4	10.9	26.7	30.1	209	261	333/2004г
	Чай с сахаром	150	180	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015г
Итого за завтрак		325	385	10.5	12.2	11.82	19.53	45.8	53.8	336	432	
II завтрак	Сок фрукт.Витам.нап. "Витоша	100	150	0.5	0.32	0.1	0.08	10	14.25	46	60	425/2003г
Итого за второй завтрак		100	150	0.5	0.32	0.1	0.08	10	14.25	46	60	
Обед	Салат из моркови с зел.горох	30	50	0.6	1	1.83	3.05	1.74	2.9	26	43	25/2021г
	Щи из св.капусты с картофелем	155	187	1.1	1.3	3.3	4	5	6.1	55	66	124/2004
	Тефтели из говядины	70	90	7.5	10.5	12.3	17.2	11.1	15.6	185	259	461/2004
	Каша перловая рассыпчатая	114	134	3.4	4	2.66	3.13	23.5	27.6	133	157	297/2004
	Напиток яблочный	150	180	0	0	0	0	17.6	21.15	67	80.1	701/2004
	Хлеб пшеничный для д/п		20		1.6		0.2		11		52	1.2
	Хлеб ржано-пшен. д/п	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	№421,11
Итого за обед		559	711	15.8	22.4	20.49	28.08	77.34	107.35	554	767.1	
Полдник	Молоко кипяченое	150	200	4.1	5.5	4.2	5.6	6.4	8.6	79	106	697/2004
	Плюшка новомосковская	50	50	3.9	3.9	2.9	2.9	25.6	25.5	146	146	87/2010г
Итого за полдник		200	250	8	9.4	7.1	8.5	32	34.1	225	252	
Ужин	Картофель по-деревенски	120	150	3.48	4.36	4.7	5.87	28.42	35.52	170	213	646/2021г
	Чай с молоком	150	200	1.1	1.4	0.8	1.1	6.2	11.3	36	59	ТТК12/2015г
	Хлеб пшеничный для д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1
Итого за ужин		300	380	6.98	8.16	5.8	7.27	51.12	63.32	284	350	
Итого за день		1484	1876	41.78	52.48	45.31	63.46	216.26	272.82	1445	1861.1	

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	рецепт./ год сборн. №/г.	
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 2 (вторник)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша манная молоч.жидкая	154	185	3.8	5.4	5.9	7.2	17.6	26.8	138	194	311/2004
	Бутерброд с маслом	35	40	2.4	2.4	4.4	8.6	14.5	14.6	109	146	1/2004г
	Кофейный напиток	150	180	2.1	2.8	1.7	2.2	11	14.8	66	87	ттк14/2015
Итого за завтрак		339	405	8.3	10.6	12	18	43.1	56.2	313	427	
II завтрак	Фрукт	100	100	0.4	0.4	0	0	9.8	9.8	46	46	
Итого за второй завтрак		100	100	0.4	0.4	0	0	9.8	9.8	46	46	
Обед	Икра морковная	30	50	0.65	0.8	2.15	3.55	3.05	4.1	34	51.5	78/2004г
	Уря с птицей	160	215	6.2	13.8	3.85	9.6	10.6	14.11	103	199	17/2010г
	Котлета рыбная	50	70	8.1	11.3	5.7	8	6.9	9.6	112	157	388/2004
	Каша гречневая вязкая	120	150	3.1	3.87	3.17	3.96	14.68	18.35	99.2	124	289/2004г
	Напиток из сухофруктов	150	180	0.7	0.9	0.03	0.05	15.4	20.6	67	89	639/2014
	Хлеб пшеничный д/п		20		1.6		0.2		11		52	420.02
	Хлеб ржано-пшен.д/п	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11
Итого за обед		550	735	21.95	36.27	15.3	25.86	69.03	100.76	503.2	782.5	
Полдник	Конд.изд.(печенье)	40	40	3.2	3.2	4.8	4.8	20.32	20.32	167	167	
	Чай с лимоном	150	200	0.1	0.2	0.03	0.03	6.5	9.3	27	38	ТТК12/2015
Итого за полдник		190	240	3.3	3.4	4.83	4.83	26.82	29.62	194	205	
Ужин	Омлет натуральный	94	120	8.7	11.7	13.8	18.1	1.6	2.1	165	218	340/2004
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1
Итого за ужин		274	350	11.2	14.2	14.12	18.43	22.7	27.7	261	321	
Итого за день		1453	1830	45.15	64.87	46.25	67.12	171.45	224.08	1317.2	1781.5	

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецеп./ год сборн. №/г.
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 3 (Среда)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	154	185	4.7	5.7	6.1	7.3	25.1	30.2	174	209	311/2004г
	Бутерброд с сыром	40	50	5	7.9	3	4.75	14.5	24.2	106	172	1/2004
	Какао с молоком	150	180	2.7	3.2	2	3	9.9	12.3	70	90	ТТК15/2015
Итого за завтрак		344	415	12.4	16.8	11.1	15.05	49.5	66.7	350	471	
II завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46	
Итого за второй завтрак		100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46	
Обед	Винегрет овощной	30	50	0.5	0.8	1.9	3.1	2	3.3	26	44	47/2021г
	Суп картоф.с крупой	150	180	1.6	1.9	1.5	1.9	11.6	14	68	81	138/2004г
	Гуляш	100	110	14.5	17.3	15.7	18	3.2	3.2	212	245	437/2004г
	Макаронные изд.отварные	124	134	4.3	5	3.4	3.5	26.7	32.1	157	180	332/2004г
	Напиток лимонный	150	180	0.1	0.1	0.01	0.02	14.1	17	54	66	699/2004г
	Хлеб ржано-пшен.д/п	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11
Итого за обед		594	704	24.2	29.1	22.91	27.02	76	92.6	605	726	
Полдник	Булочка сдобная	50	70	3.9	3.9	4.3	4.3	26.3	26.3	159	159	85/2010г
	Кисель из конц.пл.-ягод.	150	200	0	0	0	0	15	20	57	76	648/2004г
Итого за полдник		200	270	3.9	3.9	4.3	4.3	41.3	46.3	216	235	
Ужин	Рагу из овощей	150	180	9.1	10.9	10.9	13	15.8	19	198	238	203/2004г
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	420.06
Итого за ужин		330	410	11.6	13.4	11.22	13.33	36.9	44.6	294	341	
Итого за день		1568	1899	52.6	63.7	49.63	59.8	213.7	260.2	1511	1819	

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность	№ рецеп./ год сборн. №/г.		
			Белки		Жиры		Углеводы					
Неделя 1 День 4 (Четверг)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Суп молочный с макар.издел.	150	180	3.3	4	3.1	3.8	11.9	14.3	89	107	160/2004г
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	420,02
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015
Итого за завтрак		330	410	5.8	6.5	3.42	4.13	33	39.9	185	210	
II завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46	
Итого за второй завтрак		100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46	
Обед	Салат из свёклы с изюмом	30	50	0.35	0.6	1.8	2.9	3.5	6	31	51.5	418/2002г
	Суп картоф.с дом.лапшой	150	180	1.7	2.1	1.7	2	10.7	12.9	66	79	140/2001г
	Котлета из птицы	50	70	7.5	10.5	10.6	14.9	7.6	10.6	157	220	205/2003г
	Каша пшеничная вязкая	120	150	3.74	4.68	3.22	4.03	20.6	25.7	121	151	298/2001г
	Напиток из шиповника	150	180	0.5	0.54	0.2	0.3	20.2	24.3	83	100	705/2004г
	Хлеб пшеничный д/п		20		1.6		0.2		11		52	420.09
	Хлеб ржано-пшен.д/п	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.07
Итого за обед		540	700	16.99	24.02	17.92	24.83	81	113.5	546	763.5	
Полдник	Конд.изд.(печенье)	40	40	3.2	3.2	6	6	27.2	27.2	168	168	
	Компот из св.яблок	150	200	0.1	0.2	0.1	0.1	12.9	17.2	52	69	631/2004г
Итого за полдник		190	240	3.3	3.4	6.1	6.1	40.1	44.4	220	237	
Ужин	Запеканка из творога со сгущ.	135	170	21.9	27.5	15.8	19.8	27.6	35.1	341	431	366/2004г
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	420.02
Итого за ужин		315	400	24.4	30	16.12	20.13	48.7	60.7	437	534	
Итого за день		1475	1850	50.99	64.42	43.66	55.29	212.8	268.5	1434	1790.5	

р.п.Приютово муниципального района Белебеевский район Республики Башкортостан

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово

Н.К. Завьялова

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 ч

[illegible]

[illegible]

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Прикутово

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

[illegible]

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецеп./ год сборн. №/г.
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1 День 5 (Пятница)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша рисовая молочная жид.	154	185	3.8	4.5	5.9	7.2	23.7	27.6	164	194	311/2004г
	Бутерброд с сыром	40	50	5	7.9	3	4.75	14.5	24.2	106	172	1/2004
	Какао с молоком	150	200	2.7	3.6	2	3.3	9.9	13.7	70	100	ТТК15/2015
Итого за завтрак		344	435	11.5	16	10.9	15.25	48.1	65.5	340	466	
II завтрак	Кефир с сахаром	155	155	4.1	4.1	4.2	4.2	10	10	96	96	645/1996г
Итого за второй завтрак		155	155	4.1	4.1	4.2	4.2	10	10	96	96	
Обед	Салат картоф.с зелён. горош.	30	50	0.95	1.6	3	5	3.05	5.05	43.5	72.5	ТТК№3
	Борщ с капустой и картофелем	155	187	1	1.3	2.9	3.7	7	8.5	58	71	110/2004г
	Усбосмак	70	100	7	9.9	6.8	9.8	16.9	25.1	158	230	58/2010г
	Напиток яблочный	150	200	0	0	0	0	17.6	23.5	67	89	701/2004г
	Хлеб пшеничный д/п		20		1.6		0.2		11		52	1.2
	Хлеб ржано-пшен.д/п	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11
Итого за обед		445	607	12.15	18.4	13.1	19.2	62.95	96.15	414.5	624.5	
Полдник	Конд.изд.(печенье)	50	40	3.2	3.2	6	6	27.2	27.2	168	168	ТТК
	Молоко кипячёное	150	200	5	5.5	4.2	5.6	6.4	8.6	79	106	697/2004г
Итого за полдник		200	240	8.2	8.7	10.2	11.6	33.6	35.8	247	274	
Ужин	Каша гречневая вязкая	130	150	3.4	3.9	3.4	3.9	15.9	18.3	107	124	298/2004г
	Кисель плодово-ягодный	150	200	0	0	0	0	15	20	57	76	648/2004г
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1
Итого за ужин		310	380	5.8	6.3	3.7	4.2	47.4	54.8	242	278	
Итого за день		1454	1817	41.75	53.5	42.1	54.45	202.05	262.25	1339.5	1738.5	

р.п.Приютово муниципального района Белебеевский район Республики Башкортостан

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово

Н.К. Завьялова

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 ч

[illegible]

[illegible]

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

[illegible]

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	№ рецеп./ год сборн. №/г.		
				Белки		Жиры		Углеводы					
Неделя 2 День 1 (Понедельник)													
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак	Бутерброд с маслом	35	40	2.4	2.4	4.4	8.6	14.5	14.6	109	146	1/2004г	
	Каша манная молоч.жидкая	154	185	3.8	5.4	5.9	7,,2	17.6	26.8	138	194	311/2004г	
	Чай с сахаром	150	180	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	8.2	18	23	ТТК12/2015	
Итого за завтрак		339	405	6.3	7.9	10.32	8.63	36.7	49.6	265	363		
II завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46		
Итого за второй завтрак		100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46		
Обед	Салат из свёклы с раст.маслом	30	50	0.4	0.65	2.45	4.1	2.4	3.3	33	52.5	№64/2003г	
	Суп картоф.с бобов.и гренкам	160	193	4.5	5.5	2.6	3.1	17.7	21.4	114	137	139/2004г	
	Плов из птицы	150	200	25.4	32.5	30.4	39.4	26	35.5	481	628	ТТК9/2015г	
	Напиток из смеси сухофруктов	150	180	0.7	0.8	0.03	0.05	15.4	18.5	67	80	639/2004г	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11	
Итого за обед		530	673	34.2	43.45	35.88	47.15	79.9	101.7	783	1007.5		
Полдник	Пирожки печёные с картофелем	50	50	3.4	3.4	3.3	3.3	19.7	19.7	123	123	738/2004г	
	Молоко кипячёное	150	180	4.1	5	4.2	5	6.4	7.7	79	95	697/2004г	
Итого за полдник		200	230	7.5	8.4	7.5	8.3	26.1	27.4	202	218		
Ужин	Каша гречневая молоч.вязкая	154	185	6.8	7.9	6.7	8.1	27.8	32.1	200	234	302/2004г	
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015	
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1	
Итого за ужин		334	415	9.3	10.4	7.02	8.43	48.9	57.7	296	337		
Итого за день		1503	1823	57.8	70.65	60.82	72.61	201.6	246.4	1592	1971.5		

р.п.Приютово муниципального района Белебеевский район Республики Башкортостан

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово

Н.К. Завьялова

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 ч

[illegible]

[illegible]

(МАДОУ детский сад №25 р.п. Приютово)

Заведующий МАДОУ детский сад №25 р.п. Прикутово

" " 2021г.

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

[illegible]

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	№ рецеп./ год сборн. №/г.	
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 2 День 2 (Вторник)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Бутерброд с маслом	35	40	2.4	2.4	4.4	8.6	14.5	14.6	109	146	1/2004г
	Каша овсяная молоч.жид.	154	185	5.8	6.8	7.2	8.9	24.3	28.3	185	221	311/2004г
	Кофейн.напит.на молоке	150	200	2.1	2.8	1.7	2.2	11	14.8	66	87	ТТК14/2015
Итого за завтрак		339	425	10.3	12	13.3	19.7	49.8	57.7	360	454	
II завтрак	Фрукт	100	100	0.4	0.4	0	0	9.8	9.8	46	46	
Итого за второй завтрак		100	100	0.4	0.4	0	0	9.8	9.8	46	46	
Обед	Винегрет овощной с зел.гор.	30	50	0.4	0.7	0.7	1.2	2.2	3.6	17	28	71/2004г
	Суп картоф.с крупой	150	180	1.6	2.1	1.5	2.1	11.6	15.5	68	90	138/2004г
	Тефтели рыбные с соусом	70	100	7.8	11.8	6.7	10	8.8	13.2	127	191	394/2004г
	Картофельное пюре	120	150	2.4	3.1	3.7	4.6	16.1	20.1	109	137	520/2004г
	Напиток лимонный	150	200	0.1	0.1	0.01	0.02	14.1	18.9	54	73	699/2004г
	Хлеб пшеничный д/п		20		1.6		0.2		11		52	420.02
	Хлеб ржано-пшен.	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.07
Итого за обед		560	750	15.5	23.4	13.01	18.62	71.2	105.3	463	681	
Полдник	Печенье	40	40	3.2	3.2	4.8	4.8	20.32	20.32	167.2	167.2	738/2004г
	Кефир жирный	150	200	4.1	5.5	4.2	5.6	10	16.4	96	140	645/2004г
Итого за полдник		190	240	7.3	8.7	9	10.4	30.32	36.72	263.2	307.2	
Ужин	Омлет натуральный	63	94	5.8	8.7	9.5	13.8	1.1	1.6	113	165	340/2004г
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1.1	1.4	0.8	1.1	6.2	11.3	36	59	ТТК12/2015
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1
Итого за ужин		243	324	9.3	12.5	10.6	15.2	23.8	29.4	227	302	
Итого за день		1432	1839	42.8	57	45.91	63.92	184.92	238.92	1359.2	1790.2	

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели

Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецеп./ год сборн. №/г.	
				Белки		Жиры		Углеводы					
Неделя 2 День 3 (Среда)													
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак	Суп молочн.с макар.издел.	150	200	3.3	4.4	3.1	4.2	11.9	15.9	89	119	160/2004г	
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015	
	Бутерброд с маслом	35	40	2.4	2.4	4.4	8.6	14.5	14.6	109	146	1/2004г	
Итого за завтрак		335	440	5.8	6.9	7.52	12.83	31	39.6	216	290		
II завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46		
Итого за второй завтрак		100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46		
Обед	Салат из моркови с раст.мас	30	50	0.3	0.5	1.4	2.3	4.4	7.3	30	50	71/1997г	
	Свекольник	156	208	1.2	1.6	3.1	4.1	8.2	10.9	66	87	34/2001г	
	Картофель,тушён.с курин.фил	140	160	7.56	8.64	10.08	11.52	15.68	17.92	131.2	150	ТТК	
	Напиток из шиповника	150	200	0.5	0.6	0.2	0.3	20.2	27	83	111	705/2004г	
	Хлеб пшеничный д/п	20	20	1.6	1.6	0.2	0.2	11	11	52	52		
	Хлеб ржано-пшен.	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.07	
Итого за обед		536	688	14.36	16.94	15.38	18.92	77.88	97.12	450.2	560		
Полдник	Конд.изделие	40	40	1.4	1.4	12	12	17.8	17.8	212	212		
	Чай с молоком	150	200	1.1	1.4	0.8	1.1	6.2	11.3	36	59	ТТК12/2004	
Итого за полдник		190	240	2.5	2.8	12.8	13.1	24	29.1	248	271		
Ужин	Запеканка из творога со сгущ.	120/15	150/20	21.9	27.5	15.8	19.8	27.6	35.1	341	431	366/2004г	
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015	
	Хлеб пшеничный д/п	20	30	1.6	2.4	0.2	0.3	11	16.5	52	78	420.06	
Итого за ужин		305	400	23.6	30	16.02	20.13	43.2	60.7	411	534		
Итого за день		1466	1868	46.76	57.14	51.82	65.08	186.08	236.52	1371.2	1701		

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецеп./ год сборн. №/г.	
				Белки		Жиры		Углеводы					
Неделя 2 День 4 (Четверг)													
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак	Бутерброд с сыром	40	50	5	7.9	3	4.75	14.5	24.2	106	172	1/2004г	
	Каша пшеничная молочн.жид	154	185	5.6	6.5	6	7.3	24.3	31.9	185	213	311/2004г	
	Какао с молоком	150	180	2.7	3.2	2	3	9.9	12.3	70	90	ТТК15/2015	
Итого за завтрак		344	415	13.3	17.6	11	15.05	48.7	68.4	361	475		
II завтрак	Сок фрукт/Напиток Витошка	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46	425/2003г	
Итого за второй завтрак		100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	10	10	46	46		
Обед	Салат "Студенческий"	30	50	1.05	1.8	3.5	5.25	1.9	4.15	43.5	71	37/2003г	
	Рассольник ленинградский	155	187	1.3	1.5	3	3.8	9.3	11	71	86	132/2004г	
	Биточки рубленые	50	70	7.8	11	10.8	15.2	8.3	10.9	163	225	451/2004г	
	Пюре гороховое	103	155	9.8	14.6	3.4	5.1	22.1	33.1	160	240	107/2001г	
	Компот из св.яблок	150	180	0.1	0.2	0.1	0.1	12.9	15.5	52	62	631/2004г	
	Хлеб ржано-пшен.	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11	
Итого за обед		528	692	23.25	33.1	21.2	29.95	72.9	97.65	577.5	794		
Полдник	Ватрушка французская	50	50	5	5	7	7	22.1	22.1	171	171	87/2010г	
	Молоко кипячёное	150	180	4.1	5	4.2	5	6.4	7.7	79	95	697/2004г	
Итого за полдник		200	230	9.1	10	11.2	12	28.5	29.8	250	266		
Ужин	Каша рисовая молочная вязкая	154	205	4.3	5.7	5.8	7.8	29.8	39.8	190	253	302/2004г	
	Чай с сахаром	150	200	0.1	0.1	0.02	0.03	4.6	9.1	18	25	ТТК12/2015	
	Хлеб пшеничный д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	1.1	
Итого за ужин		334	435	6.8	8.2	6.12	8.13	50.9	65.4	286	356		
Итого за день		1506	1872	52.95	69.4	49.62	65.23	211	271.25	1520.5	1937		

Меню приготавливаемых блюд

Период: две недели Возрастная категория: от 1,6 - 3-х с 3-х - 7 лет Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность	№ рецеп./ год сборн. №/г.		
			Белки		Жиры		Углеводы					
Неделя 2 День 5 (Пятница)												
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша пшѐнная молоч.жидкая	154	185	5.6	6.5	6.6	8	26.4	30.7	187	221	311/2004г
	Хлеб пшен.д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	420.02
	Чай с молоком	150	200	1.1	1.4	0.8	1.1	6.2	11.3	36	59	ТТК12/2015
Итого за завтрак		334	415	9.1	10.3	7.7	9.4	49.1	58.5	301	358	
II завтрак	Кисель из кон на п/яг. эк.	100	100	0	0	0	0	7.5	10	28.5	38	648/2004г
Итого за второй завтрак		100	100	0	0	0	0	7.5	10	28.5	38	
Обед	Суп картоф.с клѐцками	150	200	1	1.3	1.5	2	6.6	8.8	44	59	38/2001г
	Азу	80	100	14	14.3	16.5	19.6	1.7	2.8	211	245	ТТК6/2015
	Макарон.изд.отварные	124	134	4.3	4.75	3.4	3.63	26.7	28.79	157	169	332/2004г
	Напиток яблочный	150	180	0	0	0	0	17.6	21	67	80	701/2004г
	Хлеб пшен.д/п		20		1.6		0.2		11		52	420.09
	Хлеб ржано-пшен.	40	50	3.2	4	0.4	0.5	18.4	23	88	110	421.11
Итого за обед		544	684	22.5	25.95	21.8	25.93	71	95.39	567	715	
Полдник	Пирог с повидлом	50	70	3.1	4.3	1.5	2.2	28.9	40.4	141	197	746/2004г
	Чай с молоком	150	200	1.1	1.4	0.8	1.1	6.2	11.3	36	59	ТТК12/2015
Итого за полдник		200	270	4.2	5.7	2.3	3.3	35.1	51.7	177	256	
Ужин	Рагу из овощей	150	200	9.1	12.1	10.9	14.5	15.8	21.1	198	264	224/2004г
	Хлеб пшен.д/п	30	30	2.4	2.4	0.3	0.3	16.5	16.5	78	78	420.02
	Чай с лимоном и сахаром	150	200	0.1	0.2	0.03	0.03	6.5	9.3	27	38	ТТК12/2015
Итого за ужин		330	430	11.6	14.7	11.23	14.83	38.8	46.9	303	380	
Итого за день		1508	1899	47.4	56.65	43.03	53.46	201.5	262.49	1376.5	1747	