

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующая
Замяткина З.А.
(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 14.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая в молоке	180	5,31	5,98	21,02	161,69	39
	Сыр (порциями)	20	6,20	6,40	7,60	116,8	205
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			13,57	12,67	56,00	399,39	
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46	200
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2			0,50	0,10	10,10	46	
ОБЕД	Суп гороховый	200	4,72	2,44	15,56	103,42	10
	Мясо отварное	30	9,02	7,73	0,18	106,21	17
	Салат из белокочанной капусты	40	0,62	2,03	3,76	35,81	2
	Жаркое по-домашнему	180	13,52	15,17	20,83	274,39	57
	Компот из смеси сухофруктов	200	2,60	0,16	45,46	191,8	91
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
ИТОГО ЗА ОБЕД			34,44	28,25	86,51	820,23	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,49	6,05	8,87	113,4	102
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	Пирожки печеные сдобные из дрожжевого теста с изюмом и повидло	70	4,38	4,28	35,29	195,75	115
		250	9,87	10,33	44,16	309,15	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,38	51,35	196,77	1574,77	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			58,38	51,35	196,77	1574,77	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			58,38	51,35	196,77	1574,77	



СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая
Замяткина З.А.
(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 15.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная жидкая	180	5,76	5,51	20,83	152,73	35
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	204
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Кофейный напиток на молоке	200	4,90	5,38	23,62	160,56	98
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	12,70	14,24	55,94	401,29	
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46	200
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,10	10,10	46	
ОБЕД	Суп картофельный	200	2,52	2,62	18,26	107,06	9
	Икра морковная	40	0,70	2,85	4,16	45,67	4
	Макаронные изделия отварные	150	5,68	3,88	36,05	202,09	75
	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0,00	0,00	13,46	52,22	335
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
	Оладьи из печени	70	12,85	12,00	8,13	194,1	61
	Рыба отварная (мякоть без кожи)	30	7,71	2,44	0,11	53,06	18
	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	33,42	24,51	80,89	762,8	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	10,48	12,66	2,02	164,05	43
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	12,54	12,95	29,40	284,95	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1595	59,16	51,80	176,33	1495,04	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1595	59,16	51,80	176,33	1495,04	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1595	59,16	51,80	176,33	1495,04	

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)



Меню приготавливаемых блюд на 16.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	150	25,88	16,50	24,72	347,55	46
	Соус сметанный	30	0,56	1,52	1,62	22,86	85
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Какао с молоком	200	5,32	5,40	23,42	162,2	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		410	33,74	23,69	61,16	592,31	
ЗАВТРАК 2	Бананы	110	1,81	0,61	25,41	116,16	300
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		110	1,81	0,61	25,41	116,16	
ОБЕД	Свекольник по-домашнему со сметаной	200	1,88	4,42	12,22	96,38	206
	Мясо отварное	30	9,02	7,73	0,18	106,21	17
	Котлеты или биточки рыбные	70	9,23	3,95	9,69	111,42	51
	Рис отварной	150	3,75	3,75	38,94	204,54	73
	Напиток "Валетек"	200	0,00	0,00	2,60	10,6	55
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
	Огурцы соленные	20	0,16	0,02	0,34	2,6	80
ИТОГО ЗА ОБЕД		730	28,00	20,59	64,69	640,35	
ПОЛДНИК	Кисломолочные напитки	180	4,86	4,50	19,44	142,2	103
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	6,84	4,77	30,84	201,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1460	70,39	49,66	182,10	1550,72	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1460	70,39	49,66	182,10	1550,72	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1460	70,39	49,66	182,10	1550,72	

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)



Меню приготавливаемых блюд на 17.04.25 г.

Возрастна
я Детский сад
категория:

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная жидкая	180	4,75	5,40	25,78	170,68	37
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	204
	Кофейный напиток на молоке	200	4,90	5,38	23,62	160,56	98
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	11,69	14,13	60,89	419,24	
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46	200
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,10	10,10	46	
ОБЕД	Суп из овощей	200	2,68	1,88	11,70	73,92	12
	Мясо отварное	30	9,02	7,73	0,18	106,21	17
	Икра свекольная	40	0,79	2,85	4,97	48,66	5
	Голубцы любительские(ленивые), формовые	150	15,16	25,31	20,88	373,92	208
	Компот из смеси сухофруктов	200	2,60	0,16	45,46	191,8	91
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	34,21	38,65	83,91	903,11	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом (повидло)	75	9,28	5,93	35,41	234,55	108
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		275	9,36	5,95	51,39	295,75	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1470	55,76	58,83	206,29	1664,1	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1470	55,76	58,83	206,29	1664,1	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1470	55,76	58,83	206,29	1664,1	



СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующая
Замятина З.А.
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 18.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Омлет с сыром	100	13,02	14,73	1,78	192,73	61
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
	Какао с молоком	200	5,32	5,40	23,42	162,2	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	20,32	20,40	36,60	414,63	
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,50	0,10	10,10	46	200
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,10	10,10	46	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями	200	2,04	2,36	12,44	79,2	13
	Курица отварная (мякоть) без кожи	30	14,39	14,52	0,15	188,52	19
	Котлеты рубленые из птицы	70	11,72	13,32	12,40	217,32	71
	Рагу овощное	150	6,26	6,96	24,96	186,57	83
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
	Компот из смеси сухофруктов	200	2,60	0,16	45,46	191,8	91
ИТОГО ЗА ОБЕД		710	40,97	38,04	96,13	972,01	
ПОЛДНИК	вафли	40	0,48	4,80	9,55	83,36	203
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	0,56	4,82	25,53	144,56	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1380	62,35	63,36	168,36	1577,2	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1380	62,35	63,36	168,36	1577,2	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1380	62,35	63,36	168,36	1577,2	