



СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующая
(должность)
Замяткина З.А.
(ФИО)
07.04.25
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 07.04.25

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша молочная манная жидкая	180	4,82	5,62	21,10	154,44	31
	Сыр (порциями)	20	6,20	6,40	7,60	116,8	205
	Кофейный напиток на молоке	200	4,90	5,38	23,62	160,56	98
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,27	11,40	59,7	878
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	17,90	17,67	63,72	491,5	
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	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,48	2,18	7,32	55,26	7
	Мясо отварное	30	9,02	7,73	0,18	106,21	17
	Икра свекольная	40	0,79	2,85	4,97	48,66	5
	Грив	180	14,63	17,35	38,18	367,4	58
	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		710	32,48	30,99	96,83	877,93	
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
	Пирожки печеные с добные из дрожжевого теста с картофелем и луком	60	4,07	4,49	24,46	156,22	112
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	4,15	4,51	40,44	217,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	55,03	53,27	211,09	1632,85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1500	55,03	53,27	211,09	1632,85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1500	55,03	53,27	211,09	1632,85	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

МДОУ

Детский сад № 22

Заведующая

Замяткина З.А.

08.04.2025

Меню приготавливаемых блюд на 08.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая жидкая	180	4,52	5,56	25,54	170,26	33
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	204
	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		415	11,88	14,31	60,45	420,46	
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
	Рыба отварная (мякоть без кожи)	30	7,71	2,44	0,11	53,06	18
	Рагу овощное	150	6,26	6,96	24,96	186,57	83
	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
	Котлеты, биточки, шницели	70	10,19	10,46	12,12	184,2	59
ИТОГО ЗА ОБЕД		710	33,24	23,36	101,63	831,29	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	90	15,19	10,35	18,70	227,29	45
	Соус сметанный	30	0,56	1,52	1,62	22,86	85
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	15,83	11,89	36,30	311,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1545	61,45	49,66	208,48	1609,1	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1545	61,45	49,66	208,48	1609,1	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1545	61,45	49,66	208,48	1609,1	



СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 09.04.25г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3 ЗАВТРАК	Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	180	5,18	6,55	19,51	157,86	34
	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	12,12	15,28	54,62	406,42	
ЗАВТРАК 2 ИТОГО ЗА 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	
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	2,16	10,00	64,98	6
	Рыба (филе) запеченная	70	13,76	4,73	2,90	109,26	49
	Картофельное пюре	150	2,97	3,95	19,47	125,6	78
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0,00	0,00	13,46	52,22	335
	Мясо отварное	30	9,02	7,73	0,18	106,21	17
	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	31,31	19,31	47,07	569,47	
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:	1465	52,08	39,97	157,94	1293,95	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1465	52,08	39,97	157,94	1293,95	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1465	52,08	39,97	157,94	1293,95	



УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 10.04.25 г.

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4 ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	10,48	12,66	2,02	164,05	43
	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
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	204
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	335	17,84	21,41	36,93	414,25	
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	Рассольник ленинградский	200	1,84	2,30	13,54	82,8	8
	Бефстроганов из отварного мяса	70	14,21	13,01	5,03	194,69	95
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,39	5,29	38,11	237,41	73
	Икра морковная	40	0,70	2,85	4,16	45,67	4
	Напиток "Валетек"	200	0,00	0,00	2,60	10,6	55
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	0,72	108,6	879
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	28,10	24,17	64,16	679,77	
	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,98	61,2	96
	Булочка "Веснушка"	60	5,32	3,56	35,87	198,87	107
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	5,40	3,58	51,85	260,07	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1415	51,84	49,26	163,04	1400,09	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1415	51,84	49,26	163,04	1400,09	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1415	51,84	49,26	163,04	1400,09	



СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд на 11.04.25

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Лапшевник с творогом	150	13,09	7,90	30,73	245,36	42
	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,42	3,95	30,59	87
	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		410	20,55	14,97	69,70	496,21	
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
	Курица отварная (мякоть) без кожи	30	14,39	14,52	0,15	188,52	19
	Кнели из кур с рисом	70	12,73	14,24	4,52	196,97	112
	Капуста тушеная	150	3,68	3,90	15,34	112,46	82
	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		710	39,88	36,16	84,45	905,41	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,49	6,05	8,87	113,4	102
	Пряники	40	0,77	0,45	12,43	53,73	300
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	6,26	6,50	21,30	167,13	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1440	67,19	57,73	185,55	1614,75	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1440	67,19	57,73	185,55	1614,75	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1440	67,19	57,73	185,55	1614,75	