«Согласовано»:

<u>Ман</u> / Талан Е.В./

Ра 20<u>2</u> год

М.П.

«Утверждено»:

/ Курдогло Л.В./

бласть . Я

«10» 02 2021

И.П

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия»

| Nº   | Наименование блюда                            | Выход, г    | Белки,    | Жиры,  | Углеводы, | 6.11     |
|------|---|-------------|-----------|--------|-----------|----------|
|      | Панменование олюда                            | выход, г    | Γ         | Г      | г         | ЭЦ, кка. |
|      | Завтрак понедел                               | ьник (перва | я неделя) | •      |           |          |
| 1.1  | Бутерброд с сыром и маслом                    | 20/10/5     | 3,94      | 6,78   | 9,73      | 116,00   |
| 2.3  | Каша жидкая молочная манная                   | 150/5       | 3,39      | 3,0525 | 22,92     | 132,75   |
| 7.21 | Кофейный напиток с молоком                    | 180         | 2,81      | 2,39   | 12,76     | 84,00    |
|      | Итого за прием                                |             | 10,14     | 12,22  | 45,41     | 332,75   |
|      | Второй завтрак понедельник (первая<br>неделя) |             |           |        |           |          |
| -    | Фрукты  | 100         | 0,40      | 0,40   | 9,80      | 52,00    |
|      | Итого за прием                                |             | 0,40      | 0,40   | 9,80      | 52,00    |
|      | Обед понедельник (первая неделя)              |             |           |        |           |          |
| 3.3  | Огурец свежий                                 | 50          | 0,40      | 0,03   | 1,25      | 8,00     |
| 4.2  | Суп картофельный с горохом лущеным            | 200         | 5,85      | 5,63   | 17,41     | 143,73   |
| 6.2  | Котлета куриная                               | 70          | 15,26     | 8,68   | 11,62     | 187,25   |
| 5.2  | Капуста тушеная                               | 130         | 2,4       | 4,7    | 7,89      | 65,7     |
| 7.5  | Напиток из с/м ягод (смородина)               | 180         | 0,00      | 0,00   | 20,00     | 94,80    |
| -    | Хлеб йодированный                             | 30          | 2,31      | 0,90   | 14,94     | 74,11    |
| -    | Хлеб ржаной                                   | 30          | 1,98      | 0,33   | 12,30     | 60,00    |
|      | Итого за прием                                |             | 28,20     | 20,27  | 85,41     | 633,59   |
|      | Полдник понедельник (первая неделя)           |             |           |        |           |          |
|      | Ряженка                                       | 180         | 1,08      | 0,22   | 21,82     | 92,53    |
| 8.1  | Булочка "Фантазия"                            | 60          | 3,64      | 6,26   | 26,96     | 178,00   |
|      | Итого за прием                                |             | 4,72      | 6,48   | 48,78     | 270,53   |
|      | Ужин понедельник (первая неделя)              |             |           |        |           | 22       |
| 3.8  | Салат из свеклы отварной с м/р                | 50          | 0,85      | 3,65   | 5,01      | 46,95    |
| 6.6  | Тефтели рыбные с соусом томатными             | 60/50       | 5,6       | 5,54   | 8,10      | 104,5    |
| 5.6  | Рис отварной                                  | 130         | 3,12      | 3,50   | 32,46     | 173,33   |
| 7.4  | Чай с лимоном                                 | 180/10/7    | 0,07      | 0,01   | 8,52      | 34,80    |
| -    | Хлеб йодированный                             | 30          | 2,37      | 0,30   | 14,49     | 78,60    |
| -    | Хлеб ржаной                                   | 20          | 1,32      | 0,22   | 8,20      | 40,00    |
|      | Итого за прием                                |             | 13,33     | 13,22  | 76,78     | 478,18   |
|      | Всего за день                                 |             | 56,79     | 52,59  | 266,18    | 1767,05  |

мадоу Талан Е.В./
Талан Е.В./
год
м.П.



#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

# для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия» возрастной категории 3 – 7 лет.

| Nº   | Наименование блюда                            | Выход, г     | Белки, | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, ккал |
|------|---|--------------|--------|-------|----------------|----------|
|      | Завтрак вторн                                 | ик (первая н | еделя) |       |                |          |
| 1.2  | Бутерброд с маслом                            | 20/5         | 1,62   | 3,83  | 9,73           | 80,00    |
| 2.5  | Омлет натуральный                             | 120          | 7,52   | 13,46 | 1,51           | 157,00   |
| 7.4  | Чай с лимоном                                 | 180/10/7     | 0,06   | 0,01  | 14,88          | 58,04    |
|      | Итого за прием                                |              | 13,75  | 24,27 | 31,68          | 295,04   |
|      | Второй завтрак вторник (первая неделя)        |              |        |       |                |          |
|      | Сок (на разлив)                               | 180          | 1,26   | 0,36  | 20,52          | 90,00    |
|      | Итого за прием                                |              | 1,26   | 0,36  | 22,52          | 90,00    |
|      | Обед вторник (первая неделя)                  |              |        |       |                |          |
| 3.7  | Салат из картофеля с помидорами               | 50           | 0,85   | 2,66  | 5,71           | 50,00    |
| 4.4  | Суп картофельный с клецками и мясом<br>птицы  | 200/10       | 6,28   | 7,20  | 9,70           | 129,80   |
| 6,32 | Печень, тушеная в соусе                       | 50/50        | 12,66  | 8,76  | 3,81           | 159,00   |
| 5.14 | Макаронные изделия отварные с маслом          | 130/5        | 4,79   | 3,92  | 23,02          | 146,71   |
| 7.26 | Напиток витаминизированный «Витошка»          | 180          | 0,00   | 0,00  | 17,10          | 72,00    |
|      | Хлеб йодированный                             | 30           | 2,31   | 0,90  | 14,94          | 74,11    |
|      | Хлеб ржаной                                   | 30           | 1,98   | 0,33  | 12,30          | 60,00    |
|      | Итого за прием                                |              | 29,26  | 23,80 | 94,47          | 721,32   |
|      | Полдник вторник (первая неделя)               |              |        |       |                |          |
|      | Молоко кипяченое                              | 180          | 5,49   | 2,17  | 9,09           | 102,00   |
|      | Кондитерское изделие (пряники или<br>печенье) | 40           | 2,20   | 2,32  | 30,56          | 146,40   |
|      | Итого за прием                                |              | 7,69   | 4,49  | 39,65          | 248,40   |
|      | Ужин вторник (первая неделя)                  |              |        |       |                |          |
| 3.4  | Салат из кукурузы консервированной            | 60           | 1,00   | 3,00  | 4,00           | 49,65    |
| 2.4  | Вареники ленивые с маслом                     | 150/5        | 23,36  | 14,51 | 31,45          | 360,00   |
| 7.6  | Чай с сахаром                                 | 180/10       | 0,05   | 0,01  | 8,38           | 33,60    |
|      | Хлеб йодированный                             | 30           | 2,37   | 0,30  | 14,49          | 78,60    |
|      | Хлеб ржаной                                   | 20           | 1,32   | 0,22  | 8,20           | 40,00    |
|      | Итого за прием                                |              | 28,10  | 18,04 | 66,52          | 561,85   |
|      | Всего за день                                 |              | 80,06  | 70,96 | 254,84         | 1916,6   |

«Согласовано»:

МАДОУ
Талан Е.В. /

«Из Ра 20 год
м.п.

«Утверждено»: Сенной (Курдогло Л.В.) «16» 2021 год

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

## для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия»

| Nº   | Наименование блюда                           | Выход, г     | Белки, | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, кка |
|------|--|--------------|--------|-------|----------------|---------|
|      | Завтрак средо                                | а (первая не | деля)  |       |                |         |
| 1.1  | Бутерброд с сыром и маслом                   | 20/10/5      | 3,94   | 6,78  | 9,73           | 116,00  |
| 2.8  | Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных      | 150/5        | 4,52   | 2,29  | 25,39          | 140,25  |
| 7.11 | Какао с молоком                              | 180          | 3,78   | 3,26  | 15,55          | 106,80  |
|      | Итого за прием                               |              | 13,03  | 12,43 | 55,5           | 386,0   |
|      | Второй завтрак (первая неделя)               |              |        |       |                |         |
| -    | Фрукты                                       | 100          | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00   |
|      | Итого за прием                               |              | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00   |
|      | Обед среда (первая неделя)                   |              |        |       |                |         |
| -    | Икра кабачковая ( промышленное производство) | 50           | 0,80   | 3,15  | 3,7            | 45,00   |
| 4.6  | Суп картофельный с вермишелью                | 200          | 3,04   | 3,26  | 13,93          | 97,25   |
| 6.8  | Биточки рыбные с овощами запеченные          | 80           | 8,99   | 5,94  | 13,85          | 145,00  |
| 5.8  | Пюре картофельное с маслом сливочным         | 130/5        | 2,75   | 4,35  | 18,38          | 125,51  |
| 7.10 | Компот из сухофруктов + Витамин С            | 180          | 0,39   | 0,00  | 24,99          | 101,70  |
| -    | Хлеб йодированный                            | 30           | 2,31   | 0,90  | 14,94          | 74,11   |
|      | Хлеб ржаной                                  | 30           | 1,98   | 0,33  | 12,30          | 60,00   |
|      | Итого за прием                               |              | 20,26  | 17,93 | 102,09         | 648,5   |
|      | Полдник среда (первая неделя)                |              |        |       |                |         |
|      | Ряженка, снежок или бифидок                  | 180          | 5,40   | 2,00  | 7,20           | 91,20   |
| 8.2  | Ватрушка с повидлом                          | 60           | 3,52   | 1,84  | 36,24          | 176,00  |
|      | Итого за прием                               |              | 9,80   | 4,30  | 52,50          | 267,2   |
|      | Ужин среда (первая неделя)                   |              |        |       |                |         |
| 3.10 | Салат из моркови отварной с яблоком          | 50           | 0,90   | 3,38  | 5,93           | 58,00   |
| 2.9  | Запеканка рисовая с творогом                 | 120          | 8,32   | 6,40  | 47,44          | 283,20  |
| 1.   | Сметана                                      | 20           | 0,52   | 8,00  | 1,20           | 31,60   |
| 7.6  | Чай с сахаром                                | 180/10       | 0,05   | 0,01  | 8,38           | 33,60   |
| -    | Хлеб йодированный                            | 30           | 2,37   | 0,30  | 14,49          | 78,60   |
| -    | Хлеб ржаной                                  | 20           | 1,32   | 0,22  | 8,20           | 40,00   |
|      | Итого за прием                               |              | 12,69  | 18,21 | 80,81          | 498,8   |
|      | Всего за день                                |              | 56,18  |       |                |         |

 «Утверждено»:

/ Курдогло Л.В./

20 / год

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

## для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия»

| Nº   | Наименование блюда                                      | Выход, г     | Белки, | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, ккал |
|------|---|--------------|--------|-------|----------------|----------|
|      | Завтрак четве   | рг (первая н | еделя) |       |                |          |
| 1.2  | Бутерброд с маслом                                      | 20/5         | 1,62   | 3,83  | 9,73           | 80,00    |
| 2.11 | Суп молочный с вермишелью                               | 150          | 4,31   | 3,32  | 14,13          | 108,75   |
| 7.4  | Чай с лимоном   | 180/10/7     | 0,08   | 0,01  | 8,52           | 34,80    |
|      | Итого за прием  |              | 6,01   | 7,16  | 32,38          | 223,55   |
|      | Второй завтрак (первая неделя)                          |              |        |       |                |          |
|      | Сок (на разлив)   | 180          | 1,26   | 0,36  | 20,52          | 90,00    |
|      | Итого за прием  |              | 1,26   | 0,36  | 22,52          | 90,00    |
|      | Обед четверг (первая неделя)                            |              |        |       |                |          |
| 3.11 | Салат "Летний"  | 60           | 0,72   | 3,00  | 3,75           | 46,50    |
| 4.8  | Борщ с капустой и картофелем, мясом<br>птицы и сметаной | 200/10/5     | 3,28   | 4,80  | 11,53          | 102,68   |
| 6.2  | Котлета куриная   | 70           | 15,26  | 8,68  | 11,62          | 187,25   |
| 5.11 | Каша гречневая с маслом сливочным                       | 130/5        | 7,69   | 1,80  | 34,66          | 209,03   |
| 7.13 | Напиток клюквенный + Витамин С                          | 180          | 0,10   | 0,00  | 21,96          | 86,40    |
|      | Хлеб йодированный                                       | 30           | 2,31   | 0,90  | 14,94          | 74,11    |
| -    | Хлеб ржаной   | 30           | 1,98   | 0,33  | 12,30          | 60,00    |
|      | Итого за прием  |              | 31,34  | 19,51 | 110,76         | 765,97   |
|      | Полдник четверг (первая неделя)                         |              |        |       |                |          |
|      | Ряженка, снежок или бифидок                             | 180          | 5,40   | 4,50  | 7,20           | 91,10    |
| 8.3  | Булочка сдобная   | 60           | 3,33   | 6,98  | 26,07          | 180,67   |
|      | Итого за прием  |              | 8,73   | 11,48 | 33,27          | 271,7    |
| -    | Ужин четверг (первая неделя)                            |              |        |       |                |          |
| 3.13 | Огурец соленый  | 50           | 0,66   | 0,16  | 2,00           | 6,66     |
| 6.11 | Тефтели мясные в соусе                                  | 80/60        | 11,78  | 12,91 | 14,90          | 223,00   |
| 5.12 | Рагу из овощей с маслом                                 | 130/5        | 1,90   | 9,06  | 10,87          | 132,80   |
| 7.6  | Чай с сахаром   | 180          | 0,00   | 0,00  | 8,38           | 33,60    |
| -    | Хлеб йодированный                                       | 30           | 2,37   | 0,30  | 14,49          | 78,60    |
| -    | Хлеб ржаной   | 20           | 1,32   | 0,22  | 8,20           | 40,00    |
|      | Итого за прием  |              | 17,24  | 22,55 | 54,01          | 488,4    |
|      | Всего за день   |              | 64,58  | 61,06 | 252,94         | 1839,7   |

«Утверждено»:

/ Курдогло Л.В./

<u>МА</u>20<u></u> тод

MAI

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

# для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия» возрастной категории 3 – 7 лет.

Углеводы, Nº Наименование блюда Выход, г Белки, Жиры, ЭЦ, ккал Завтрак пятница (первая неделя) Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5 3.94 6,78 9,73 116,00 1.1 2.13 Каша жидкая молочная из гречневой крупы 150/5 6,61 3,85 23,78 152,85 7.11 Какао с молоком 180 3,78 3,26 15,55 106,80 14,33 13,89 49,06 375,65 Итого за прием Второй завтрак пятница (первая неделя) Фрукты 100 0.40 0,40 9,80 52.00 0,40 0,40 9,80 Итого за прием 52,00 Обед пятница (первая неделя) 3.17 Винегрет овощной 60 0,82 3,70 5,05 56,88 Щи из свежей капусты с картофелем со 4.18 200/10 3,08 4,28 7,93 82,52 сметаной 6.14 Плов из птицы 70/130 22,26 7,73 35,69 301,00 7.10 Компот из сухофруктов + Витамин С 180 0,39 0,00 24,99 101,70 Хлеб йодированный 30 2,31 0,90 14,94 74,11 Хлеб ржаной 30 1,98 0,33 12,30 60,00 35,44 25,17 99,32 Итого за прием 769.69 Полдник пятница (первая неделя) Ряженка, снежок или бифидок 180 5,40 4,50 7,20 91,10 Кондитерское изделие (пряники или 40 2,20 2.32 30,56 146,40 печенье) Итого за прием 7,60 6,82 37,76 237,50 Ужин пятница (первая неделя) 3.18 Салат из свежих помидор с перцем 50 0,55 2,53 1,87 37,05 6.15 Оладьи печеночные с маслом 70/5 13,16 17,17 5,50 229,60 5.14 Макаронные изделия отварные с маслом 130/5 4,79 3,92 23,02 146,71 7.6 Чай с сахаром 180 0,00 0,00 8,38 33,60 Хлеб йодированный 30 2.37 0,30 14,49 78,60 Хлеб ржаной 20 1,32 0,22 8,20 40,00 Итого за прием 25,96 19,13 56,46 309,76 Всего за день 85,61 66,29 245,60 1744,60 «Согласовано»:

Man / Tanan E.B./

«N» РА 20 21 год

М.П.

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия» возрастной категории 3-7 лет.

| Nº           | Наименование блюда                         | Выход, г    | Белки,    | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, ккал |
|--------------|--|-------------|-----------|-------|----------------|----------|
|              | Завтрак понедели                           | ьник (втора | я неделя) | 1     |                |          |
| 1.2          | Бутерброд с маслом                         | 20/5        | 1,62      | 3,83  | 9,73           | 80,00    |
| 2.15         | Каша вязкая рисовая с маслом               | 150/5       | 2,90      | 3,83  | 23,30          | 141,69   |
| 7.4          | Чай с лимоном                              | 180/10/7    | 0,08      | 0,01  | 8,52           | 34,80    |
|              | Итого за прием                             |             | 4,60      | 7,67  | 53,55          | 256,49   |
|              | Второй завтрак понедельник (вторая неделя) |             |           |       |                |          |
|              | Сок (на разлив)                            | 180         | 1,26      | 0,36  | 20,52          | 90,00    |
|              | Итого за прием                             |             | 1,26      | 0,36  | 22,52          | 90,00    |
|              | Обед понедельник (вторая неделя)           |             |           |       |                |          |
| 3.12         | Помидор свежий                             | 50          | 0,36      | 0,12  | 2,52           | 10,00    |
| 4.12         | Суп картофельный с фрикадельками           | 200/10      | 1,73      | 2,00  | 13,80          | 81,33    |
| 6.18         | Котлета рубленая из оленины                | 80          | 12,28     | 5,42  | 5,37           | 121,38   |
| 5.14         | Макаронные изделия отварные с маслом       | 130/5       | 4,79      | 3,92  | 23,02          | 146,71   |
| 7.15         | Напиток из вишни                           | 180         | 0,288     | 0,072 | 21,78          | 88,92    |
|              | Хлеб йодированный                          | 30          | 2,31      | 0,90  | 14,94          | 74,11    |
|              | Хлеб ржаной                                | 30          | 1,98      | 0,33  | 12,30          | 60,00    |
|              | Итого за прием                             |             | 23,55     | 12,57 | 93,91          | 572,45   |
|              | Полдник понедельник (вторая неделя)        |             |           |       |                |          |
|              | Молоко кипяченое                           | 180         | 5,50      | 4,89  | 9,10           | 102,00   |
| 8.5          | Пирожок с яблоком                          | 60          | 4,08      | 3,20  | 23,73          | 140,00   |
|              | Итого за прием                             |             | 9,58      | 8,09  | 32,83          | 242,00   |
|              | Ужин понедельник (вторая неделя)           |             |           |       |                |          |
| 3.22         | Салат из свеклы с сыром                    | 60          | 2,82      | 5,70  | 4,27           | 79,68    |
| 6.19         | Рагу из птицы                              | 70/150      | 18,79     | 15,62 | 22,29          | 305,07   |
| 7.6          | Чай с сахаром                              | 180         | 0,00      | 0,00  | 8,38           | 33,60    |
| -            | Хлеб йодированный                          | 30          | 2,37      | 0,30  | 14,49          | 78,60    |
| -            | Хлеб ржаной                                | 20          | 1,32      | 0,22  | 8,20           | 40,00    |
|              | Итого за прием                             |             | 25,56     | 21,82 | 59,09          | 536,95   |
| <del>-</del> | Всего за день                              |             | 64,55     | 50,51 | 261,9          | 1697,89  |

«Утверждено»:

Курдогло Д. В. Курдо

#### примерное меню

## для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия»

| Nº   | Наименование блюда                      | Выход, г    | Белки, | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, ккал |
|------|---|-------------|--------|-------|----------------|----------|
|      | Завтрак вторни                          | к (вторая н | еделя) |       |                |          |
| 1.2  | Бутерброд с маслом                      | 20/10       | 1,62   | 3,83  | 9,73           | 80,00    |
| 2.13 | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 150/5       | 6,61   | 3,85  | 23,78          | 152,85   |
| 7.11 | Какао с молоком                         | 180         | 3,78   | 3,26  | 15,55          | 106,80   |
|      | Итого за прием                          |             | 12,01  | 10,94 | 49,06          | 339,65   |
|      | Второй завтрак вторник (вторая неделя)  |             |        |       |                |          |
|      | Фрукты                                  | 100         | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00    |
|      | Итого за прием                          |             | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00    |
|      | Обед вторник (вторая неделя)            |             |        |       |                |          |
| 3.12 | Огурец соленый                          | 50          | 0,40   | 0,03  | 1,25           | 8,00     |
| 4.14 | Суп-лапша домашняя с мясом птицы        | 200/25      | 8,17   | 9,93  | 6,36           | 147,75   |
| 6.22 | Курица в соусе томатном                 | 70/35       | 15,17  | 11,41 | 1,89           | 172,40   |
| 5.8  | Пюре картофельное с м/с                 | 130/5       | 2,75   | 4,35  | 18,38          | 123,51   |
| 7.26 | Напиток витаминизированный «Витошка»    | 180         | 0,00   | 0,00  | 17,10          | 72,00    |
| -    | Хлеб йодированный                       | 30          | 2,31   | 0,90  | 14,94          | 74,11    |
| -    | Хлеб ржаной                             | 30          | 1,98   | 0,33  | 12,30          | 60,00    |
|      | Итого за прием                          |             | 30,78  | 26,95 | 72,22          | 657,77   |
|      | Полдник вторник (вторая неделя)         |             |        |       |                |          |
| -    | Ряженка, снежок или бифидок             | 180         | 5,12   | 4,50  | 7,06           | 91,20    |
| 8.6  | Булочка домашняя                        | 60          | 4,37   | 7,51  | 32,35          | 213,60   |
|      | Итого за прием                          | -           | 9,49   | 12,01 | 39,41          | 304,80   |
|      | Ужин вторник (вторая неделя)            |             |        |       |                |          |
| 3.25 | Салат "Степной"                         | 50          | 0,70   | 1,95  | 4,00           | 36,50    |
| 6.23 | Фрикадельки рыбные с томатным соусом    | 80/30       | 11,73  | 5,81  | 7,71           | 152,00   |
| 5.6  | Рис отварной                            | 130         | 3,12   | 3,50  | 32,46          | 173,33   |
| 7.4  | Чай с лимоном                           | 180/10/7    | 0,07   | 0,01  | 8,52           | 34,80    |
| -    | Хлеб йодированный                       | 30          | 2,37   | 0,30  | 14,49          | 78,60    |
|      | Хлеб ржаной                             | 20          | 1,32   | 0,22  | 8,20           | 40,00    |
|      | Итого за прием                          |             | 19,31  | 11,79 | 75,38          | 515,23   |
|      |   |             | 71,99  | 62,09 | 245,87         | 1869,4   |

«Согласовано»:

«Согласовано»:

«Виниклюзия Виниклюзия

«С» — 202 Ггод

М.П.

«Утверждено»:

(Курдогло Л.В.)

(Д.)

(Д.

#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

## для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия»

| Nº   | Наименование блюда                            | Выход, г  | Белки, | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, кка |
|------|---|-----------|--------|-------|----------------|---------|
|      | Завтрак среда                                 | (вторая н | еделя) |       | -              |         |
| 1.1  | Бутерброд с сыром и маслом                    | 20/10/5   | 3,94   | 6,78  | 9,73           | 116,00  |
| 2.11 | Суп молочный с вермишелью                     | 150       | 4,31   | 3,32  | 14,13          | 108,75  |
| 7.21 | Кофейный напиток с молоком                    | 180       | 2,81   | 2,39  | 12,76          | 84,00   |
|      | Итого за прием                                |           | 12,03  | 13,36 | 43,30          | 308,7   |
|      | Второй завтрак среда (вторая неделя)          |           |        |       |                |         |
| *    | Фрукты  | 100       | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00   |
|      | Итого за прием                                |           | 0,40   | 0,40  | 9,80           | 52,00   |
|      | Обед среда (вторая неделя)                    |           |        |       |                |         |
| 3.3  | Огурец свежий                                 | 50        | 0,40   | 0,03  | 1,25           | 8,00    |
| 4.16 | Рассольник ленинградский                      | 200       | 2,38   | 2,80  | 10,45          | 79,54   |
| 6.25 | Фрикадельки мясные в соусе сметанном с луком  | 70/30     | 12,89  | 13,10 | 12,00          | 218,00  |
| 5.11 | Каша гречневая рассыпчатая                    | 130       | 7,69   | 1,8   | 34,66          | 209,03  |
| 7.10 | Компот из сухофруктов+ Витамин С              | 180       | 0,40   | 0,03  | 25,00          | 101,70  |
|      | Хлеб йодированный                             | 30        | 2,31   | 0,90  | 14,94          | 74,11   |
|      | Хлеб ржаной                                   | 30        | 1,98   | 0,33  | 12,30          | 60,00   |
|      | Итого за прием                                |           | 28,05  | 18,99 | 110,6          | 750,38  |
|      | Полдник среда (вторая неделя)                 |           |        |       |                |         |
| -    | Сок с пектином в индивидуальной упаковке      | 200       | 0,90   | 0,18  | 18,18          | 77,11   |
|      | Кондитерское изделие (пряники или<br>печенье) | 40        | 2,2    | 2,32  | 30,56          | 146,40  |
|      | Итого за прием                                |           | 4,42   | 2,00  | 54,42          | 223,5   |
|      | Ужин среда (вторая неделя)                    |           |        |       |                |         |
| 3.10 | Салат из моркови отварной с яблоком           | 50        | 0,90   | 3,38  | 5,93           | 58,00   |
| 2.16 | Запеканка из творога с манной крупой          | 100       | 17,54  | 12,05 | 17,15          | 247,00  |
|      | Сметана                                       | 20        | 0,52   | 8,00  | 1,20           | 31,60   |
| 7.6  | Чай с сахаром                                 | 180       | 0,00   | 0,00  | 8,38           | 33,60   |
| -    | Хлеб йодированный                             | 30        | 2,37   | 0,30  | 14,49          | 78,60   |
| -    | Хлеб ржаной                                   | 20        | 1,32   | 0,22  | 8,20           | 40,00   |
|      | Итого за прием                                |           | 22,07  | 16,62 | 52,56          | 488,80  |
|      | Всего за день                                 |           |        |       |                |         |





#### ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

### для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия» возрастной категории 3 – 7 лет.

| Nº   | Наименование блюда                               | Выход, г     | Белки,  | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, ккал |
|------|--|--------------|---------|-------|----------------|----------|
|      | Завтрак четве                                    | рг (вторая і | неделя) |       |                |          |
| 1.2  | Бутерброд с маслом                               | 20/5         | 1,62    | 3,83  | 9,73           | 80,00    |
| 2.8  | Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных          | 150/5        | 4,52    | 2,29  | 25,39          | 140,25   |
| 7.4  | Чай с лимоном                                    | 180/10/7     | 0,08    | 0,01  | 8,52           | 34,80    |
|      | Итого за прием                                   |              | 6,22    | 6,13  | 43,64          | 255,05   |
|      | Второй завтрак четверг (вторая неделя)           |              |         |       |                |          |
|      | Сок (на разлив)                                  | 180          | 1,26    | 0,36  | 20,52          | 90,00    |
|      | Итого за прием                                   |              | 1,26    | 0,36  | 22,52          | 90,00    |
|      | Обед четверг (вторая неделя)                     |              |         |       |                |          |
| 3.30 | Икра свекольная                                  | 60           | 1,42    | 2,76  | 42,82          | 60,06    |
| 4.18 | Щи из свежей капусты с картофелем со<br>сметаной | 200/10       | 3,08    | 4,28  | 7,93           | 82,52    |
| 6.27 | Жаркое из говядины                               | 70/130       | 27,53   | 7,47  | 21,95          | 265,00   |
| 7.19 | Компот из яблок                                  | 180          | 0,18    | 0,18  | 17,44          | 103,20   |
| -    | Хлеб йодированный                                | 30           | 2,31    | 0,90  | 14,94          | 74,11    |
|      | Хлеб ржаной                                      | 30           | 1,98    | 0,33  | 12,30          | 60,00    |
|      | Итого за прием                                   |              | 36,5    | 15,92 | 117,38         | 644,89   |
|      | Полдник четверг (вторая неделя)                  |              |         |       |                |          |
|      | Молоко кипяченое                                 | 180          | 5,50    | 4,90  | 9,10           | 102,00   |
| 8.8  | Крендель сахарный                                | 50           | 3,54    | 6,57  | 27,87          | 185,00   |
|      | Итого за прием                                   |              | 9,04    | 11,47 | 36,97          | 287,00   |
|      | Ужин четверг (вторая неделя)                     |              |         |       |                |          |
| 3.31 | Салат из свежих помидоров и огурцов              | 60           | 0,60    | 3,69  | 2,23           | 44,52    |
| 6.2  | Котлета куриная                                  | 70           | 15,26   | 8,68  | 11,62          | 187,25   |
| 5.17 | Каша пшенная рассыпчатая м/с                     | 130/5        | 7,35    | 2,15  | 43,33          | 221,76   |
| 7.6  | Чай с сахаром                                    | 180          | 0,00    | 0,00  | 8,38           | 33,60    |
| •    | Хлеб ржаной                                      | 20           | 1,32    | 0,22  | 8,20           | 40,00    |
| -    | Хлеб йодированный                                | 30           | 2,37    | 0,30  | 14,49          | 78,60    |
|      | Итого за прием                                   |              | 17,14   | 20,36 | 77,13          | 568,48   |
|      | Всего за день                                    |              | 70,16   | 54,24 | 297,64         | 1845,42  |

«Согласовано» мое образования в получения в получения

«Утверждено»:

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для организации питания воспитанников МАДОУ «ДС «Виниклюзия» возрастной категории 3 – 7 лет.

|      | Всего за день                                 |            | 85,68       | 62,62 | 285,86         | 1867,0  |
|------|---|------------|-------------|-------|----------------|---------|
|      | Итого за прием                                |            | 34,91       | 23,25 | 63,10          | 615,23  |
|      | Хлеб ржаной                                   | 30         | 2,37        | 0,30  | 14,49          | 78,60   |
|      | Хлеб йодированный                             | 20         | 1,58        | 0,20  | 9,66           | 52,40   |
| 7.4  | Чай с лимоном                                 | 180/10/7   | 0,07        | 0,01  | 8,52           | 34,80   |
| 2.21 | Сырники из творога с молоком сгущенным        | 150/15     | 29,17       | 19,04 | 25,62          | 389,85  |
| 3.4  | Салат из кукурузы консервированной            | 60         | 1,72        | 3,70  | 4,81           | 59,58   |
|      | Ужин пятница (вторая неделя)                  |            |             |       |                |         |
|      | Итого за прием                                |            | 7,60        | 6,82  | 37,76          | 237,60  |
| -    | Кондитерское изделие (пряники или<br>печенье) | 40         | 2,20        | 2,32  | 30,56          | 146,40  |
|      | Ряженка, снежок или кефир                     | 180        | 5,40        | 4,50  | 7,20           | 91,20   |
|      | Полдник пятница (вторая неделя)               |            |             |       |                |         |
|      | Итого за прием                                |            | 27,86       | 14,15 | 116,45         | 709,60  |
| 12   | Хлеб ржаной                                   | 30         | 1,98        | 0,33  | 12,30          | 60,00   |
| •    | Хлеб йодированный                             | 30         | 2,37        | 0,30  | 14,49          | 48,60   |
| 7.5  | Напиток ягодный (смородина)                   | 180        | 0,10        | 0,00  | 21,96          | 86,40   |
| 5.11 | Каша гречневая с маслом сливочным             | 130/5      | 7,69        | 1,80  | 34,66          | 209,03  |
| 6.29 | Котлета из говядины с соусом томатным         | 80/30      | 12,42       | 9,42  | 12,85          | 185,33  |
| 4.2  | Суп с рыбными фрикадельками                   | 200/28     | 1,76        | 2,00  | 13,80          | 81,33   |
| 3.3  | Огурец свежий                                 | 50         | 0,40        | 0,03  | 1,25           | 8,00    |
|      | Обед пятница (вторая неделя)                  |            |             |       |                |         |
|      | Итого за прием                                |            | 0,72        | 0,36  | 12,36          | 55,02   |
|      | Фрукты (яблоки)                               | 120        | 0,72        | 0,36  | 12,36          | 55,02   |
|      | Второй завтрак пятница (вторая неделя)        |            |             |       |                |         |
|      | Итого за прием                                |            | 14,59       | 18,04 | 56,19          | 249,5   |
| 7.11 | Какао с молоком                               | 180        | 3,78        | 3,26  | 19,44          | 133,50  |
| 2.20 | Каша ячневая вязкая с маслом                  | 150/5      | 6,87        | 8,00  | 27,02          | 208,80  |
| 1.1  | Бутерброд с сыром и маслом                    | 20/10/5    | 3,94        | 6,78  | 9,73           | 116,00  |
|      | Завтрак пятни                                 | ца (вторая | <br>неделя) |       | Г              |         |
| Nº   | Наименование блюда                            | Выход, г   | Белки,      | Жиры, | Углеводы,<br>г | ЭЦ, кка |

### ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

#### СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575873

Владелец Талан Елена Васильевна

Действителен С 01.03.2022 по 01.03.2023