

Меню приготавливаемых блюд

День 1

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	155	205	1 день	115	152
2.	Какао на молоке	150	200	1 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	1 день	90,08	102,6
	Итого за завтрак	341	446		241,56	303,24
	Второй завтрак					
1.	Сок фруктовый	100	100	1 день	76	76
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	200	1 день	115,94	154,59
2.	Капуста тушеная с мясом	180	230	1 день	279,7	357,4
3.	Компот из сухофруктов	150	200	1 день	57,81	77,08
4.	Хлеб ржаной	30	45	1 день	58	87
	Итого за обед	510	675		511,45	676,07
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Омлет	120	140	1 день	178	207,6
2.	Чай сладкий с лимоном	155	205	1 день	37,7	49,86
3.	Хлеб пшеничный	30	30	1 день	86,89	86,89
	Итого за полдник	305	375		302,59	344,35
	Итого за день:	1256	1596		1131,6	1399,66

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 2

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная манная с маслом сливочным	155	205	2 день	115,38	152,6
2.	Кофейный напиток на молоке	150	200	2 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	33	33	2 день	81,76	81,76
Итого за завтрак		338	438		233,62	283
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Щи на курином бульоне со сметаной	150	200	2 день	85,76	114,35
2.	Салат из свеклы с зеленым горошком консервированным	80	90	2 день	55,68	62,64
3.	Котлета из говядины	60	70	2 день	138,6	176,75
4.	Картофельное пюре	100	110	2 день	106,9	117,66
5.	Компот из с/ф	150	200	2 день	64,4	85,86
6.	Хлеб ржаной	30	40	2 день	55,77	74,36
Итого за обед		570	710		507,11	631,62
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Ватрушка	80	85	2 день	300	318,75
2.	Кисель	150	200	2 день	87,14	116,18
Итого за полдник		230	285		387,14	434,93
Итого за день:		1138	1433		1127,87	1349,55

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 3

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша «Дружба»	155	205	3 день	123,66	145,03
2.	Какао на молоке	150	200	3день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	33	33	3день	81,76	81,76
Итого за завтрак		338	438		241,9	275,4
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	200	3 день	115,94	154,59
2.	Греча рассыпчатая	75	80	3 день	107,76	114,94
3.	Тефтеля с соусом	90	90	3 день	153,8	153,8
4.	Овощная икра	45	75	3 день	19,39	32,32
5.	Компот из изюма	150	200	3 день	59,58	85,86
6.	Хлеб ржаной	30	45	3день	55,77	74,36
Итого за обед		540	690		512,24	615,87
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Рыбная запеканка с сыром	80	100	3 день	300	318,75
2.	Чай сладкий с лимоном	155	205	3 день	37,7	49,86
3.	Кукуруза	45	45	3 день	48,87	48,87
4.	Хлеб пшеничный	30	30	3 день	86,89	86,89
Итого за полдник		310	380		473,46	504,37
Итого за день:		1188	1508		1227,6	1395,64

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 4

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	155	205	4 день	148,92	181,13
2.	Кофейный напиток на молоке	150	200	4 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	4 день	90,08	102,6
	Итого за завтрак	291	446		276,2	332,37
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп рыбный из консервов со сметаной	150	200	4 день	108,03	126,56
2.	Блины из печени	110	130	4 день	229,84	281,63
3.	Овощная икра	85	160	4 день	36,63	68,96
4.	Компот из сухофруктов	150	200	4 день	80,7	85,86
5.	Хлеб ржаной	27	36	4 день	55,77	74,36
	Итого за обед	522	726		510,94	637,37
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Творожница	150	200	4 день	328,53	438
2.	Чай сладкий с лимоном	155	205	4 день	37,7	49,86
3.	Хлеб пшеничный	30	30	4 день	86,89	86,89
	Итого за полдник	335	435		453,12	574,75
	Итого за день:	1148	1607		1240,26	1544,49

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 5

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	155	205	5 день	97,72	163,55
2.	Какао на молоке	150	200	5 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	5 день	90,08	102,6
Итого за завтрак		341	446		225	314,79
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	200	5 день	122,06	162,74
2.	Плов с курицей	120	150	5 день	196,895	246,11
3.	Салат из квашенной капусты	45	60	5 день	36	48
4.	Компот из сухофруктов	150	200	5 день	80,7	85,86
5.	Хлеб ржаной	27	36	5 день	55,77	74,36
Итого за обед		492	646		491,425	617,07
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Банан	240	250	5 день	288	300
2.	Чай сладкий с лимоном	155	205	5 день	37,7	49,86
3.	Вафли	30	30	5 день	116,66	116,66
Итого за полдник		425	485		442,36	466,52
Итого за день:		1258	1577		1158,78	1398,38

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 6

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Вермишель молочная с маслом сливочным	155	205	6 день	162,7	215,18
2.	Какао на молоке	150	200	6 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	6 день	90,08	102,6
Итого за завтрак		341	446		289,26	366,42
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Свекольник на курином бульоне со сметаной	150	200	6 день	122,06	162,74
2.	Овощное рагу с мясом	180	250	6 день	218,62	303,65
3.	Сок	150	210	6 день	85	119
4.	Хлеб ржаной	30	45	6 день	58	87
Итого за обед		510	705		483,68	672,39
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Творожный пудинг со сгущенным молоком	100	130	6 день	171,7	218,87
2.	Чай	150	200	6 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный	30	36	6 день	52,13	62,56
Итого за полдник		280	366		260,31	330,07
Итого за день:		1131	1517		1033,25	1368,88

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 7

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	155	205	7 день	148,92	181,13
2.	Какао на молоке	150	200	7 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	7 день	90,08	102,6
Итого за завтрак		341	446		275,48	332,37
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	150	200	7 день	106,07	113
2.	Картофельная запеканка с мясом	150	170	7 день	223,65	253,48
3.	Салат из свеклы	60	75	7 день	26,4	30
4.	Компот из изюма	150	200	7 день	85	119
5.	Хлеб ржаной	30	45	7 день	58	87
Итого за обед		540	690		499,12	602,48
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Блины	70	85	7 день	136	165,14
2.	Джем	30	40	7 день	81	108
3.	Чай	150	200	7 день	36,48	48,64
Итого за полдник		250	325		253,48	321,78
Итого за день:		1131	1461		1028,08	1256,63

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 8

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная манная с маслом сливочным	155	205	8 день	115,38	152,6
2.	Кофейный напиток на молоке	150	200	8 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	33	33	8 день	81,76	81,76
Итого за завтрак		338	438		233,62	283
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп фасолевый на курином бульоне со сметаной	150	200	8 день	102	127,55
2.	Шницель	60	70	8 день	138,6	176,75
3.	Свекла гарнирная	150	165	8 день	100,5	110,55
4.	Компот из сухофруктов	150	200	8 день	64,4	85,86
5.	Хлеб ржаной	30	45	8 день	58	87
Итого за обед		540	680		463,5	587,71
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Картофельное пюре	120	130	8 день	158,96	172,2
2.	Сельдь	-	60	8 день	-	102
3.	Чай сладкий с лимоном	155	205	8 день	37,7	49,86
4.	Хлеб пшеничный	30	30	8 день	86,89	86,89
5.	Овощная икра	74	-	8 день	31,89	-
Итого за полдник		379	425		315,44	410,95
Итого за день:		1257	1543		1012,56	1281,66

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 9

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	155	205	9 день	97,72	163,55
2.	Какао на молоке	150	200	9 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	9 день	90,08	102,6
Итого за завтрак		341	446		225	314,79
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп гороховый на курином бульоне со сметаной	150	200	9 день	133,57	178
2.	Картофельное пюре	100	110	9 день	132,46	144,5
3.	Запеканка рыбная с сыром	60	80	9 день	172,16	229,54
4.	Компот из изюма	150	200	9 день	56,46	75,29
5.	Хлеб ржаной	30	45	9 день	58	87
6.	Салат из квашенной капусты	60	80	9 день	48	64
Итого за обед		550	715		600,65	778,33
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Творожница	150	200	9 день	330,05	440
2.	Гренки пшеничные	25	25	9 день	72,4	72,4
3.	Кисель	150	200	9 день	87,142	116,18
Итого за полдник		325	425		489,59	628,58
Итого за день:		1216	1586		1315,24	1721,7

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

Меню приготавливаемых блюд

День 10

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша гречневая с маслом сливочным	155	205	10 день	121,6	162,13
2.	Кофейный напиток на молоке	150	200	10 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	36	41	10 день	90,08	102,6
	Итого за завтрак	341	446		248,16	313,37
Обед						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	200	10 день	84,32	112,43
2.	Макароны отварные	70	80	10 день	65,35	74,69
3.	Гуляш из птицы	80	90	10 день	141,17	158,82
4.	Овощная икра	45	65	10 день	19,39	25,35
5.	Компот из яблок	150	200	10 день	52,5	70
6.	Хлеб ржаной	30	45	10 день	58	87
	Итого за обед	525	680		420,73	528,29
Полдник, совмещенный с ужином						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Плюшка	180	210	10 день	260	276
2.	Чай сладкий с лимоном	154	204	10 день	37,7	49,86
3.	Яблоко	154	175	10 день	64,68	73,5
	Итого за полдник	488	589		362,38	399,36
	Итого за день:	1354	1715		1031,27	1241,02

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова

