

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16

Казимов

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

26.05.2025 (понедельник)

| Номер<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|

**Завтрак**

|       |                                      |     |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 94    | Бутерброд с маслом на батоне         | 40  | 2,3  | 9,15 | 15,26 | 173,4  |
| 98,05 | Каша молочная гречневая с маслом 150 | 150 | 6,42 | 6,76 | 29,13 | 202,87 |
| 692   | Кофейный напиток 180                 | 180 | 2,66 | 2,14 | 11,8  | 68,61  |

**Итого за Завтрак**

11,38 18,05 56,19 444,88

**Завтрак 2-й**

|        |               |     |     |  |     |    |
|--------|---------------|-----|-----|--|-----|----|
| 187,03 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 |  | 9,1 | 38 |
|--------|---------------|-----|-----|--|-----|----|

**Итого за Завтрак 2-й**

0,5 9,1 38

**Обед**

|        |                                                       |     |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| 017    | Салат из свеклы с сыром 50                            | 50  | 2,71  | 5,18 | 3,78  | 72,77  |
| 120    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о. ч). | 180 | 1,33  | 3,17 | 5,95  | 58,51  |
| 493    | Филе кури тушеное в молочном соусе 70                 | 70  | 10,54 | 3,64 | 0,19  | 64,97  |
| 463    | Булгур рассыпчатый 130                                | 130 | 7,41  | 6,98 | 35,77 | 241,03 |
| 651    | Напиток из кураги 180                                 | 180 | 0,42  |      | 16,61 | 65,89  |
| 299,37 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                         | 25  | 1,9   | 0,2  | 12,15 | 59,5   |
| 299,23 | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                       | 25  | 1,93  | 0,3  | 12,55 | 62     |

**Итого за Обед**

26,24 19,47 87 624,67

**Полдник**

|        |                                         |     |      |      |       |       |
|--------|-----------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
| 284    | Омлет натуральный с маслом сливочным 60 | 60  | 5,82 | 6,64 | 1,02  | 87,28 |
| 685    | Чай с сахаром.                          | 180 | 0,1  | 0,03 | 9     | 34,11 |
| 299,37 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек           | 25  | 1,9  | 0,2  | 12,15 | 59,5  |

**Итого за Полдник**

7,82 6,87 22,17 180,89

**Итого за день**

45,94 44,39 174,46 1 288,44

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №1

Кази́мова Н.Д.

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

27.05.2025 (вторник)

| Номер<br>рецептур<br>ы      | Наименование блюда                           | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|-----------------------------|----------------------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|
| <b>Завтрак</b>              |                                              |             |             |            |                 |             |
| 94                          | Бутерброд с маслом на батоне                 | 40          | 2,3         | 9,15       | 15,26           | 173,4       |
| 257-2                       | Каша молочная пшеничная с маслом.            | 150         | 5,83        | 6,73       | 31,18           | 210,47      |
| 685                         | Чай с лимоном и сахаром.                     | 180         | 0,12        | 0,03       | 9,06            | 34,77       |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                              |             | 8,25        | 15,91      | 55,5            | 418,64      |
| <b>Завтрак 2-й</b>          |                                              |             |             |            |                 |             |
| 351,03                      | Яблоко свежее                                | 100         | 0,4         | 0,4        | 9,8             | 90          |
| <b>Итого за Завтрак 2-й</b> |                                              |             | 0,4         | 0,4        | 9,8             | 90          |
| <b>Обед</b>                 |                                              |             |             |            |                 |             |
| 20                          | Салат из свежих помидоров и огурцов 50       | 50          | 0,45        | 7,05       | 1,83            | 72,73       |
| 110                         | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 180 | 180         | 1,34        | 3,88       | 7,57            | 70,88       |
| 886,17                      | Суфле рыбное "Витаминка"                     | 70          | 6,99        | 5,13       | 6,81            | 99,73       |
| 101                         | Картофельное пюре** 130                      | 130         | 2,77        | 3,86       | 18,64           | 123,25      |
| 651                         | Напиток из сухофруктов 180                   | 180         | 0,31        |            | 15,23           | 61,97       |
| 299,37                      | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                | 25          | 1,9         | 0,2        | 12,15           | 59,5        |
| 299,23                      | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином              | 25          | 1,93        | 0,3        | 12,55           | 62          |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                              |             | 15,69       | 20,42      | 74,78           | 550,06      |
| <b>Полдник</b>              |                                              |             |             |            |                 |             |
| 645                         | Йогурт питьевой*                             | 180         | 9           | 5,76       | 7,38            | 153         |
| 419                         | Печенье (весовое) *                          | 50          | 3,8         | 0,4        | 24,3            | 119         |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                              |             | 12,8        | 6,16       | 31,68           | 272         |
| <b>Итого за день</b>        |                                              |             | 37,14       | 42,89      | 171,76          | 1 330,7     |

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16

Казимова Н.А.

Меню для детей от 3 до 7 лет



Утверждаю директор  
ООО "Хороший продукт"  
Д.М. Степаненко  
28.05.2025 (среда)

| Номер<br>рецептур<br>ы      | Наименование блюда                             | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|-----------------------------|------------------------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|
| <b>Завтрак</b>              |                                                |             |             |            |                 |             |
| 3,29                        | Бутерброд с сыром, маслом (батон)              | 45          | 4,88        | 7,71       | 15,22           | 151,2       |
| 161                         | Суп молочный с рисом..                         | 150         | 4,56        | 5,8        | 19,6            | 148,33      |
| 685                         | Чай с сахаром.                                 | 180         | 0,1         | 0,03       | 9               | 34,11       |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                |             | 9,54        | 13,54      | 43,82           | 333,64      |
| <b>Завтрак 2-й</b>          |                                                |             |             |            |                 |             |
| 187,04                      | Сок фруктовый                                  | 100         | 0,5         |            | 9,1             | 38          |
| <b>Итого за Завтрак 2-й</b> |                                                |             | 0,5         |            | 9,1             | 38          |
| <b>Обед</b>                 |                                                |             |             |            |                 |             |
| 54-5                        | Винегрет овощной с зеленым горошком 50         | 50          | 0,96        | 5,08       | 4,41            | 67,34       |
| 168                         | Суп-пюре из разных овощей с гренками 180       | 180         | 2,38        | 2,96       | 11,86           | 84,21       |
| 422                         | Тефтели из говядины и свинины 70               | 70          | 8,44        | 13,36      | 8,7             | 190,21      |
| 273                         | Макаронные изделия отварные                    | 130         | 4,3         | 3,94       | 27,91           | 165,82      |
| 519                         | Напиток из шиповника.                          | 180         | 0,61        |            | 12,85           | 53,91       |
| 299,37                      | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                  | 25          | 1,9         | 0,2        | 12,15           | 59,5        |
| 299,23                      | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                | 25          | 1,93        | 0,3        | 12,55           | 62          |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                |             | 20,52       | 25,84      | 90,43           | 682,99      |
| <b>Полдник</b>              |                                                |             |             |            |                 |             |
| 366                         | Запеканка творожная с фруктовым повидлом 60/20 | 80          | 9,63        | 6,35       | 22,46           | 183,15      |
| 630                         | Чай с сахаром и молоком                        | 180         | 0,94        | 0,99       | 10,41           | 51,51       |
| 299,37                      | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                  | 25          | 1,9         | 0,2        | 12,15           | 59,5        |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                                |             | 12,47       | 7,54       | 45,02           | 294,16      |
| <b>Итого за день</b>        |                                                |             | 43,03       | 46,92      | 188,37          | 1 348,79    |

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад № 10

Казимова Н. А.

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

29.05.2025 (четверг)

| Номер<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|

**Завтрак**

|       |                                         |     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 94    | Бутерброд с маслом на батоне            | 40  | 2,3  | 9,15 | 15,26 | 173,4  |
| 257-2 | Каша молочная геркулесовая с маслом 150 | 150 | 5,1  | 7,32 | 20,84 | 169,46 |
| 693   | Какао с молоком 180                     | 180 | 3,49 | 3,58 | 14,33 | 101,51 |

**Итого за Завтрак**

10,89 20,05 50,43 444,37

**Завтрак 2-й**

|        |               |     |     |     |     |    |
|--------|---------------|-----|-----|-----|-----|----|
| 351,03 | Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 90 |
|--------|---------------|-----|-----|-----|-----|----|

**Итого за Завтрак 2-й**

0,4 0,4 9,8 90

**Обед**

|        |                                              |     |       |       |       |        |
|--------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 18,57  | Салат из моркови с яблоками 50               | 50  | 0,36  | 7,09  | 6,34  | 90,1   |
| 139    | Суп картофельный с макаронными изделиями 180 | 180 | 1,89  | 1,72  | 13,5  | 78,36  |
| 489    | Рагу из филе индейки 205(о.ч)                | 205 | 11,91 | 13,05 | 20,94 | 239,72 |
| 651    | Напиток из кураги 180                        | 180 | 0,42  |       | 16,61 | 65,89  |
| 299,37 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                | 25  | 1,9   | 0,2   | 12,15 | 59,5   |
| 299,23 | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином              | 25  | 1,93  | 0,3   | 12,55 | 62     |

**Итого за Обед**

18,41 22,36 82,09 595,57

**Полдник**

|        |                               |     |      |      |       |        |
|--------|-------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 274    | Макароны с сыром 80           | 80  | 8,53 | 8,48 | 26,32 | 218,25 |
| 685    | Чай с лимоном и сахаром.      | 180 | 0,12 | 0,03 | 9,06  | 34,77  |
| 299,37 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек | 25  | 1,9  | 0,2  | 12,15 | 59,5   |

**Итого за Полдник**

10,55 8,71 47,53 312,52

**Итого за день**

40,25 51,52 189,85 1 442,46

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова Н. А.

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

30.05.2025 (пятница)

| Номер<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|
|------------------------|--------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------------|

**Завтрак**

|        |                                                   |     |      |      |       |        |
|--------|---------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 3,29   | Бутерброд с сыром, маслом (батон)                 | 45  | 4,88 | 7,71 | 15,22 | 151,2  |
| 257,81 | Каша молочная "Дружба" ( рис, пшено) с маслом 150 | 150 | 3,7  | 6,09 | 31,48 | 191,66 |
| 685    | Чай с сахаром.                                    | 180 | 0,1  | 0,03 | 9     | 34,11  |

**Итого за Завтрак**

8,68 13,83 55,7 376,97

**Завтрак 2-й**

|        |                 |     |     |  |     |    |
|--------|-----------------|-----|-----|--|-----|----|
| 187,05 | Сок фруктовый . | 100 | 0,5 |  | 9,1 | 38 |
|--------|-----------------|-----|-----|--|-----|----|

**Итого за Завтрак 2-й**

0,5 9,1 38

**Обед**

|        |                                                  |     |       |      |       |        |
|--------|--------------------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| 019    | Салат картофельный с зеленым горошком 50         | 50  | 1,06  | 8,15 | 6,22  | 103,52 |
| 129    | Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)      | 180 | 1,58  | 4    | 10,44 | 86,09  |
| 054    | Биточек "Диетический" из говядины и филе кури 70 | 70  | 11,26 | 2,97 | 1,53  | 77,21  |
| 302    | Каша гречневая вязкая 130                        | 130 | 3,69  | 6,59 | 17,54 | 146,03 |
| 65     | Напиток "Здоровье" с ягодами                     | 180 | 0,11  | 0,08 | 11,28 | 44,81  |
| 299,37 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                    | 25  | 1,9   | 0,2  | 12,15 | 59,5   |
| 299,23 | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                  | 25  | 1,93  | 0,3  | 12,55 | 62     |

**Итого за Обед**

21,53 22,29 71,71 579,16

**Полдник**

|     |                     |     |      |      |       |        |
|-----|---------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 644 | Молоко кипяченое*   | 150 | 4,2  | 4,8  | 7,05  | 87     |
| 695 | Ватрушка с повидлом | 75  | 4,61 | 3,18 | 48,95 | 240,73 |

**Итого за Полдник**

8,81 7,98 56 327,73

**Итого за день**

39,52 44,1 192,51 1 321,86