

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ БМАДОУ

«Детский сад №16»  
Меню для детей от 3 до 7 лет  
Казимова Н.А.

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

09.06.2025 (понедельник)

| Номер рецептур ы | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево ды, г | ЭЦ, 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 №16»

Казимова Н.А.

Меню для детей от 3 до 7 лет



Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

10.06.2025 (вторник)

| Номер 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 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  |

**Итого за Завтрак**

8,25 15,91 55,5 418,64

**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**

|        |                                              |     |      |      |       |        |
|--------|----------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 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  |
| 886,12 | Суфле рыбное "Витаминка" из минтая (п/ф) 70  | 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     |

**Итого за Обед**

15,69 20,42 74,78 550,06

**Полдник**

|     |                     |     |     |      |      |     |
|-----|---------------------|-----|-----|------|------|-----|
| 645 | Йогурт питьевой*    | 180 | 9   | 5,76 | 7,38 | 153 |
| 419 | Печенье (весовое) * | 50  | 3,8 | 0,4  | 24,3 | 119 |

**Итого за Полдник**

12,8 6,16 31,68 272

**Итого за день**

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

11.06.2025 (среда)

| Номер рецептур | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево ды, г | ЭЦ, ккал |
|----------------|--------------------|----------|----------|---------|--------------|----------|
|----------------|--------------------|----------|----------|---------|--------------|----------|

Завтрак

|      |                                   |     |      |      |       |        |
|------|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 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  |

Итого за Завтрак

9,54 13,54 43,82 333,64

Завтрак 2-й

|        |               |     |     |  |     |    |
|--------|---------------|-----|-----|--|-----|----|
| 187,04 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 |  | 9,1 | 38 |
|--------|---------------|-----|-----|--|-----|----|

Итого за Завтрак 2-й

0,5 9,1 38

Обед

|        |                                          |     |      |       |       |        |
|--------|------------------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| 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     |

Итого за Обед

20,52 25,84 90,43 682,99

Полдник

|        |                                                |     |      |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 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   |

Итого за Полдник

12,47 7,54 45,02 294,16

Итого за день

43,03 46,92 188,37 1 348,79

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643060

Владелец Казимова Наталья Андреевна

Действителен с 11.03.2025 по 11.03.2026