

Согласовано

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казилова И. А. Меню для детей с 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

01.09.2025 (понедельник)

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

Завтрак

94	Бутерброд с маслом на батоне	35	2,52	5,18	17,14	123,8
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

11,6 14,08 58,07 395,28

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	1,32	3,63	5,93	62,59
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 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

26,12 19,93 85,6 624,83

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

46,04 40,88 174,94 1 239

Согласовано:
Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16

Казимовская А.

Меню для детей с 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

02.09.2025 (вторник)

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

Завтрак

94	Бутерброд с маслом на батоне	35	2,52	5,18	17,14	123,8
257,13	Каша молочная пшеничная с маслом 150	150	6,14	7,62	31,65	221,76
685	Чай с лимоном и сахаром.	180	0,12	0,03	9,06	34,77

Итого за Завтрак

8,78 12,83 57,85 380,33

Завтрак 2-й

351,07	Банан **.	100	0,72	0,54	17,1	75,6
--------	-----------	-----	------	------	------	------

Итого за Завтрак 2-й

0,72 0,54 17,1 75,6

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	1,32	4,49	7,54	76,31
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
648	Напиток яблочный	180	0,09	0,08	10,22	40,01
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

15,45 21,11 69,74 533,53

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

37,75 40,64 176,37 1 261,46

Согласовано:
Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова Н.А.

Меню для детей с 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

03.09.2025 (среда)

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

Завтрак

3,43	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	40	3,82	6,52	17,14	141,4
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

8,48 12,35 45,74 323,84

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

296	Пудинг творожный с молочным соусом 60	60	6,32	4,34	12,23	112,46
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

9,16 5,53 34,79 223,47

Итого за день

38,66 43,72 180,06 1 268,3

Согласовано
Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова Н.А.

Меню для детей с 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

04.09.2025 (четверг)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
94	Бутерброд с маслом на батоне	35	2,52	5,18	17,14	123,8
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			11,11	16,08	52,31	394,77
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	1,88	2,02	13,49	81,08
489	Рагу со свиной 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			18,4	22,66	82,08	598,29
Полдник						
274	Макаронны с сыром 80.	80	4,54	5,07	15,43	126,91
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			6,56	5,3	36,64	221,18
Итого за день			36,47	44,44	180,83	1 304,24

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова Н.А.

Меню для детей с 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

05.09.2025 (пятница)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
3,43	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	40	3,82	6,52	17,14	141,4
257-2	Каша молочная манная с маслом	180	5,89	6,3	36,08	223,27
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
Итого за Завтрак			9,81	12,85	62,22	398,78
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	1,57	4,61	10,41	91,53
054	Биточек "Диетический" из говядины и филе курицы 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			21,52	22,9	71,68	584,6
Полдник						
644	Молоко кипяченое*	150	4,2	4,8	7,05	87
695	Ватрушка с повидлом 70.	70	0,37	1,13	19,96	88,1
Итого за Полдник			4,57	5,93	27,01	175,1
Итого за день			36,4	41,68	170,01	1 196,48