

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
06.10.2025 (понедельник)

Номер рецепту ры	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 рисовая с маслом 150	150	1,92	5,66	36,72	197,45
30/10	Чай с молоком 180	180	1,35	1,31	14,67	71,24

Итого за Завтрак

5,79 12,15 68,53 392,49

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

016	Салат из огурцов свежих 50	50	0,39	8,03	1,64	80,1
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 180	180	1,32	4,49	7,54	76,31
401	Гуляш из филе индейки 70	70	10,36	8,61	3,83	134,11
257	Каша гречневая рассыпчатая 130	130	6,4	10,36	30,52	243,72
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

22,39 32,07 78,45 695,75

Полдник

274	Макаронные изделия отварные с сыром	80	4,54	5,07	15,43	126,91
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11

Итого за Полдник

4,64 5,1 24,43 161,02

Итого за день

33,22 49,72 181,21 1 339,26

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимо Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

07.10.2025 (вторник)

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
-----------------	--------------------	----------	----------	---------	-------------	----------

Завтрак

3,46	Бутерброд с сыром на батоне	40	5,09	3,73	17,1	121,6
257-2	Каша молочная пшеничная с маслом.	150	5,83	6,73	31,18	210,47
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11

Итого за Завтрак

11,02 10,49 57,28 366,18

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 50	50	0,51	1,83	4,63	37,84
168	Суп-харчо по студенчески	180	1,5	7,21	17,55	141,3
057	Запеканка пикантная из филе куры	50	6,19	3,99	1,02	57,33
101	Картофельное пюре(о.ч)	120	2,4	4,1	8,32	108,01
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

14,74 17,63 71,45 527,95

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

39,06 34,28 169,51 1 204,13

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

08.10.2025 (среда)

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
-----------------	--------------------	----------	----------	---------	-------------	----------

Завтрак

94	Бутерброд с маслом на батоне	35	2,52	5,18	17,14	123,8
24/2	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,36	4,18	13,9	106,48
685	Чай с лимоном и сахаром.	180	0,12	0,03	9,06	34,77

Итого за Завтрак

6 9,39 40,1 265,05

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

14	Салат овощной (картофель, морковь отв, огурец конс) 50	50	0,75	8,12	5,3	98,31
120	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о. ч).	180	1,32	3,63	5,93	62,59
492	Плов из филе кури 205	205	15,32	9,27	39,98	306,02
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

21,64 21,52 92,52 654,31

Полдник

401,03	Манник	50	3,51	5,82	33,91	204,2
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11

Итого за Полдник

3,61 5,85 42,91 238,31

Итого за день

31,97 37,3 192,63 1 233,27

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимир Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

Степаненко

"Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

09.10.2025 (четверг)

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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
32/10	Кофейный напиток 180	180	2,66	2,14	11,8	68,61
Итого за Завтрак			10,28	14,64	49,78	361,87

Завтрак 2-й

187,05	Сок фруктовый .	100	0,5		9,1	38
Итого за Завтрак 2-й			0,5		9,1	38

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
498	Котлета из филе куры	50	9,39	2,51	7,37	88,9
463	Булгур рассыпчатый 130	130	7,41	6,98	35,77	241,03
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			22,98	19,18	98,95	667,42

Полдник

284	Омлет натуральный с маслом сливочным 60	60	5,82	6,64	1,02	87,28
685	Чай с сахаром 150	150	0,1	0,03	8	30,32
Итого за Полдник			5,92	6,67	9,02	117,6
Итого за день			39,68	40,49	166,85	1 184,89

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Меню для детей от 3 до 7 лет

Казимов

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

10.10.2025 (пятница)

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
3,43	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	40	3,82	6,52	17,14	141,4
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
257-2	Каша молочная ячневая с маслом 150	150	4,98	6,08	27,05	182,66
Итого за Завтрак			8,9	12,63	53,19	358,17
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						
264,06	Икра кабачковая (промышленное производство)	50	1	4,45	4,25	61
387	Печень "по-строгановски*" (к) 70	70	10,49	9,78	1,93	138,31
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
169	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч).	180	5,26	3,95	18,24	130,07
Итого за Обед			25,49	22,62	89,88	670,61
Полдник						
52/8	Чай с ягодами и сахаром	200	0,28	0,1	16,04	62,05
95	Булочка домашняя	75	5,13	9,21	37,21	279,08
Итого за Полдник			5,41	9,31	53,25	341,13
Итого за день			40,2	44,96	206,12	1 459,91