

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

17.11.2025 (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
257-2	Каша молочная рисовая с маслом 180	180	1,92	5,66	36,72	197,45
30/10	Чай с молоком 180	180	2,03	2,13	10,48	66,44

Итого за Завтрак

6,47 12,97 64,34 387,69

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	Макароны изделия отварные с сыром 100.	100	5,4	5,39	18,86	148,04
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

7,4 5,62 40,01 241,65

Итого за день

36,66 51,06 192,6 1 415,09

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

18.11.2025 (вторник)



Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, 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 маслом180	180	6,99	8,09	37,5	252,89
30/10	Чай с молоком 180	180	2,03	2,13	10,48	66,44
Итого за Завтрак			14,11	13,95	65,08	440,93
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 кури	70	8,65	5,72	1,42	81,17
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			17,57	19,12	82,17	567,03
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			44,98	39,23	188,03	1 317,96

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимова

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

19.11.2025 (среда)

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
24/2	Суп молочный с макаронными изделиями 180	180	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

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

351,07	Банан **.	100	0,72	0,54	17,1	75,6
401,03	Манник	50	3,51	5,82	33,91	204,2
644	Молоко кипяченое 180	180	5,04	5,76	8,46	104,4

Итого за Полдник.

9,27 12,12 59,47 384,2

Итого за день

36,91 43,03 192,09 1 303,56

Согласовано:

Утверждаю директор

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Меню для детей от 3 до 7 лет

Казимова Н.А.

Д.М. Степаненко

20.11.2025 (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
257,72	Каша молочная геркулесовая с маслом 180	180	6,22	8,13	25,58	199,92
32/10	Кофейный напиток 180	180	2,66	2,14	11,8	68,61

Итого за Завтрак

11,4 15,45 54,52 392,33

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	70	13,21	2,81	10,51	119,08
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

26,8 19,48 102,09 697,6

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
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5

Итого за Полдник

7,82 6,87 21,17 177,1

Итого за день

46,52 41,8 186,88 1 305,03

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ

«Детский сад №16»

Казимов

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор

ООО "Хороший продукт"

Д.М. Степаненко

21.11.2025 (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 ячневая с маслом 180	180	4,98	6,08	27,05	182,66
30/10	Чай с молоком 180	180	1,35	1,31	14,67	71,24

Итого за Завтрак

10,15 13,91 58,86 395,3

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
169	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч).	180	5,26	3,95	18,24	130,07
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

Итого за Обед

25,49 22,62 89,88 670,61

Полдник

95	Булочка домашняя	75	5,13	9,21	37,21	279,08
644	Молоко кипяченое 180	180	5,04	5,76	8,46	104,4

Итого за Полдник

10,17 14,97 45,67 383,48

Итого за день

46,21 51,9 204,21 1 539,39