



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

1 день

Неделя: первая. День: понедельник

Дата: 21.07.2025г

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ Детский
сад №2
_____ Меркулова
В.Н.

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С.мг	N реп	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С.мг	N реп
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года	до 3-х лет							от 3-х	до	7 лет			
	Каша рисовая с изюмом	150	4,2	8,1	35,6	233,1		182	Каша рисовая с изюмом	200	6	11,7	50,9	333		182
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,4	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за завтрак:	350	6,9	16,22	62,98	405,87			Итого за завтрак:	450	8,68	19,82	81,78	512,77		
2-ой завтрак	Сок фруктовый-яблочный	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Сок фруктовый-яблочный	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,8	4	
Обед	Капуста тушеная	40	0,62	3,25	3,68	46,66		75	Капуста тушеная	60	0,93	4,88	5,53	70		75
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	3,82	6,04	4,96	94,22		231	Щи из свежей капусты с картофелем	200	5,1	8,05	6,6	125,63		231
	Котлеты рыбные	60	11,77	9,18	14,85	192		53	Рыба припущенная	80	11,36	6,31	48,59	110,86		53
	Соус красный основной	30	0,48	1,37	2,16	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
	Картофель отварной с маслом сливочным	120/5.7	2,48	5,6	16,67	133,57		125	Картофель отварной с маслом сливочным	150/7.1	3,1	6,99	20,84	166,96		125
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Кисель из сока	150/45 мг	0,43	0,045	22,65	9,27	45	354	Кисель из сока (С-витаминация)	200/50мг	0,57	0,06	30,2	123,6	50	354
	Итого за обед:	660,7	24,05	27,14	90,33	639,45	45		Итого за обед:	827,1	26,69	29,98	148,35	799,59	50	
Полдник	Печенье весовое	60	4,5	7,08	44,94	250,26		65	Печенье весовое	60	4,5	7,08	44,94	250,26		431
	Кофейный напиток с молоком	150	2,4	20,1	11,93	75,45		379	Кофейный напиток со молоком	200	5,8	5	9,6	108		379
	Итого за полдник	210	6,9	27,18	56,87	325,71			Итого за полдник	260	10,3	12,08	54,54	358,26		
	Итого за первый день	1370,7	37,4	63	174,97	1143,23	48		Итого за первый день	1737,1	50,95	58,48	247,5	1716,07	54	

Итого сумма за 1 день: Сад - 163,28

Ясли - 118,30



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

ждаю:

Заведующий МКДОУ Детский сад №2

2 день

Неделя: первая. День: вторник

Дата: 22.07.2025г

Меркулова В.Н.

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С.мг	№ рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С.мг	№ рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,58	8,04	24,28	188,25		181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	6,11	10,72	32,38	251		181
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за завтрак:	350	7,28	16,16	51,66	361,02			Итого за завтрак:	450	8,86	18,84	63,26	430,77		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,8	4	
Обед	Помидоры свежие	60	0,83	1,3	3,78	30,05		231	Помидоры свежие	60	1,2	1,94	5,66	45,08		231
	Суп картофельный с вермишелью	150	4,6	5,15	10,28	105,85		84	Суп картофельный с вермишелью	200	6,13	6,86	13,71	141,14		84
	Соус красный основной	0,48	1,37	2,16	21,7	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
	Биточки из мяса говядины	60	9,9	14,52	8,6	206,4		268/228	Биточки из мяса говядины	80	13,21	19,36	11,46	275,2		268/228
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,86	4,67	26,8	172,67		302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,83	5,84	33,5	215,84		302
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Компот из сухофруктов (С-витаминация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	349	Компот из сухофруктов (С-витаминация)	200/50мг	0,66	0,09	32,01	132,8	50	349
	Итого за обед:	655	25,51	29,52	120,52	778,3	45		Итого за обед:	870	31,66	37,78	132,93	1012,67	50	
Полдник	Оладьи с джемом	60/10	2,58	4,3	14,28	1,35			Оладьи с джемом	80/20	3,44	5,73	19,04	1,8		
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	88,95		382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6		382
	Итого за полдник	220	5,64	6,95	27,46	90,3			Итого за полдник	300	7,52	9,27	36,62	120,4		
	Итого за второй день	1375	39,15	51,68	223,54	1519,64	48		Итого за второй день	1820	50,96	68,27	274,308	1865,57	54	

Итого сумма за 2 день: Сад 179,46

Ясли 136,95

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3 день

Неделя: первая. День: среда

Дата: 23.07.2025г

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С. мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С. мг	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1	года	До 3 лет						от 3-х до 7	лет				
	Омлет натуральный	80	8,24	13,33	0,72	137,15		54	Омлет натуральный	80	8,24	13,33	0,72	137,15		54
	Икра кабачковая	70	0,084	3,29	5,4	54,6			Икра кабачковая	80	0,96	3,77		62,4		
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		379	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		379
	Итого за завтрак:	350	11,02	24,74	33,5	364,52			Итого за завтрак:	410	11,95	25,22	37,8	379,32		
2-ой завтрак	Сок фруктовый-яблочный	150	0,75	0	15,15	63,6	3	338	Сок фруктовый-яблочный	200	1	0	20,2	84,8	4	338
	Итого:	150	2,25	0,75	31,5	144	3		Итого:	200	3	1	42	192	4	
Обед	Огурцы свежие	60	0,7	3,22	4,03	48,88		268	Огурцы свежие	60	1,05	4,84	6,05	73,33		268
	Борщ с фасолью и картофелем	150	4,89	6,14	8,88	117,02		103	Борщ с фасолью и картофелем	200	6,53	8,18	11,84	156,03		103
	Рис припущенный	120	6,88	7,36	274,4	196,32		290	Плов из птицы	150/80	18,55	10,74	36,45	316		290
	Котлеты из птицы	60	9,05	9,47	9,45	159		302								302
	Хлеб целебный йодообогаченный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб целебный йодообогаченный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Кисель из сока (С-витаминизация)	150/45 мг	0,43	0,045	22,65	9,27	45	354	Кисель из сока (С-витаминизация)	200/50мг	0,57	0,06	30,2	123,6	50	354
	Итого за обед:	625	25,65	27,54	344,53	659,15	45		Итого за обед:	820	31,64	25,56	118,04	840,5	50	
Полдник	Ватрушка с молоком	60/10	10,58	8,36	9,855	151,28		219	Сырники из творога со сгущенным молоком	80/20	14,11	11,15	13,14	201,7		219
	Кофейный напиток с молоком	150	4,35	3,75	7,2	81		376	Кофейный напиток с молоком	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за полдник	220	14,93	12,11	17,055	232,28			Итого за полдник	300	14,31	11,15	27,14	229,7		
	Итого за третий день	1345	55,53	60,19	195,07	1361,84	60		Итого за третий день	1730	61,01	56,3	261,398	1794,27	70	

Итого сумма за 3 день: Сад - 168,19

Ясли - 144,95

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

4 день

Неделя: первая. День: четверг

Дата: 24.07.2025г

Сезон: весенне-летний Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Каша вязкая молочная из крупы рисовой	150	2,32	3,8	24,07	132,8		120	Каша вязкая молочная из крупы рисовой	200	3,09	5,07	32,09	177		120
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за завтрак:	350	5,02	11,92	51,45	305,5			Итого за завтрак:	450	5,84	13,19	62,97	356,77		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,2	4	
Обед	Помидоры свежие	60	0,62	3,25	3,68	46,66		75	Помидоры свежие	60	0,93	4,88	5,53	70		75
	Суп картофельный с бобовыми	150	5,9	5,33	10,08	101,6		82	Суп картофельный с бобовыми	200	7,86	7,1	13,4	135,47		82
	Зразы из кур бройлеров с омлетом и овощами	60	8,12	9,21	5,19	136		322	Птица отварная	80	16,88	10,88	0	165		322
	Каша пшеничная рассыпчатая	120	6,99	3,92	34,44	213,6		305	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,74	4,9	43,06	267		305
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	200/50	0,66	0,09	32,01	132,8	50	349
	Компот из сухофруктов (С-витаминаизация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	349	Компот из сухофруктов (С-витаминаизация)							
	Итого за обед:	625	26,58	23,43	102,75	739,5	45		Итого за обед:	820	37,54	28,72	110,8	856,04	50	
Полдник	Булочка домашняя	60	4,37	7,52	32,35	213,6		437	Булочка домашняя	80	5,82	10,02	43,14	284,8		437
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	88,95		386	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6		386
	Итого за полдник	210	7,43	10,17	45,53	302,6			Итого за полдник	280	9,9	13,56	60,72	403,4		
	Итого за четвертый день	1335	41,66	45,99	198,24	1131	48		Итого за четвертый день	1750	44,29	48,6	216,2	1473,4	54	

Итого сумма за 4 день: Сад - 159,58

Ясли - 135,54

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

5 день

Дата:25.07.25г

Заведующий МКДОУ Детский сад № 2

Сезон: весенне-летний Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Ви та ми н С. мг	N рец	Наименования блюда	Вых од блюд а г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)				Энер гетич еская ценн ость (ккал)	Витам ин С.мг	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У				
Завтрак			До 3								от 3-х До 7 лет						
			от 1	года	лет						от 3-х	До 7	лет				
	Каша молочная гречневая	150	13,09	7,12	50,98	324		210	Каша молочная гречневая	200	17,46	9,5	67,98	432		210	
								57									
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66				10	0,08	7,25	0,13	66		14	
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		379	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		379	
	Итого за завтрак:	360	18,06	18,54	78,36	537,27			Итого за завтрак:	460	22,48	20,92	98,86	652,27			
2-ой завтрак	Сок фруктовый-яблочный	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Сок фруктовый-яблочный	200	1	0	20,2	84,8	4	389	
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,2	4		
Обед	Огурцы свежие	60	0,83	1,3	3,78	30,05		268	Огурцы свежие	60	1,2	1,94	5,66	45,08		268	
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/10,5	9,72	6,36	8,22	137,07		102	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/14	12,96	8,48	10,96	182,75		102	
	Шницель из мяса говядины	60	9,9	14,52	8,6	206,4		290	Шницель из мяса говядины	80	13,21	19,36	11,46	275,2		290	
	Каша ячневая рассыпчатая	120	2,44	3,62	24,45	140,072		302	Каша ячневая рассыпчатая	150	3,058	4,52	30,56	175,09		302	
								228								228	
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77			
	Кисель из сока (С- витаминизация)	150/45мг	0,43	0,045	22,65	9,27	45	354	Кисель из сока (С- витаминизация)	200/50мг	0,57	0,06	30,2	123,6	50	354	
	Итого за обед:	635	27,77	27,5	93,06	664,892	45		Итого за обед:	834	35,938	36,1	122,34	973,26	50		
Полдни к	Пряник	60	4,8	3,7	20,98	156,3		423	Пряник	60	4,8	3,7	20,98	156,3		423	
	Кофейный напиток с молоком	150	4,35	3,75	7,2	81		376	Кофейный напиток с молоком	200	5,8	5	9,6	108		376	
	Итого за полдник	210	9,15	7,45	28,18	237,3			Итого за полдник	260	10,6	8,7	30,58	264,3			
	Итого за пятый день	1355	41,66	45,99	198,24	1131,48	48		Итого за пятый день	1754	44,29	48,6	216,17	1473,38	54		

Итого сумма за 5 день: Сад - 171,89

Ясли - 136,75

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

6 день

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ Детский сад №2

Меркулова В.Н.



Неделя: вторая. День: понедельник

Дата: 28.07.2025г

Сезон: зимне-весенний.

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выхо д блю д а г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энер гетич еская ценн ость (ккал)	В ит а м и н С. мг	N ре ц	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	Вит ами н С.м г	N ре ц
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Вермишель отварная с маслом сливочным	150	5,05	6,4	41,15	244,15		182	Вермишель отварная с маслом сливочным	200	6,75	8,68	52,87	304,52		182
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		382	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		382
	Итого за завтрак:	350	7,75	14,52	68,53	416,92			Итого за завтрак:	450	9,5	16,8	83,75	484,29		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,8	4	
Обед	Капуста тушенная	60	0,7	3,22	4,03	48,88		268	Капуста тушенная	60	1,05	4,84	6,05	73,33		268
	Суп картофельный с крупой рисовой	150	3,49	5,12	3,81	76,4		87	Суп картофельный с крупой рисовой	200	4,66	6,83	5,08	101,87		87
	Котлеты рыбные	60	11,77	9,18	14,85	192		53/89	Рыба припущенная	80	11,36	6,31	48,59	110,86		53/89
	Соус красный основной	30	0,48	1,37	2,16	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
	Картофель отварной с маслом сливочным	120/5.7	2,48	5,6	16,67	133,57		125	Картофель отварной с маслом сливочным	150/7.1	3,1	6,99	20,84	166,96		125
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	349	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	200/50мг	0,66	0,09	32,01	132,8	50	349
	Итого за обед:	660,7	23,87	26,21	90,88	714,18	45		Итого за обед:	877,1	26,46	28,75	149,16	788,36	50	
Полдн ик	Пряник весовой	60	4,8	3,7	20,98	20,98			Пряник весовой	60	4,8	3,7	20,98	20,98		
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	88,95		376	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6		376
	Итого за полдник	210	7,86	6,35	34,16	109,93			Итого за полдник	260	8,88	7,24	38,56	139,58		
	Итого за шестой день	1370,7	33,53	40,47	201,49	1269,12	48		Итого за шестой день	1787,1	53,74	51,18	287,698	1790,16	54	

Итого сумма за 6 день: Ясли - 121,00;
Сад - 163,62

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7 день

Неделя: вторая. День: вторник

Дата: 29.07.2025г

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ Детский сад № 2
_____ Меркулова В.Н.

Сезон: зимне-весенний.				Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет										
Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Вит ами н С.м г	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамин С.мг	N рец
	Б	Ж	У						Б	Ж	У			
	от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
150	4,58	8,04	24,28	188,25		181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	6,11	10,72	32,38	251		181
40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
150	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		376
350	7,28	16,16	51,66	361,02			Итого за завтрак:	450	8,86	18,84	63,26	430,77		
150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	4	389
150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,8	4	
60	0,62	3,25	3,68	46,66		75	Помидоры свежие	60	0,93	4,88	5,53	70		75
150	4,89	6,14	8,88	117,02		84	Борщ с фасолью и картофелем	200	6,53	8,18	11,84	156,03		84
60	9,9	14,52	8,6	206,4		268/228	Биточки из мяса говядины. тушеные в соусе красном основном	80	13,21	19,36	11,46	275,2		268/228
30	0,48	1,37	2,16	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
120	4,37	4,63	24,36	156,56		202/203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,46	5,79	30,45	195,7		202/203
30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
150/45 мг	0,083	0,09	18,83	89,4	45	354	Кисель плодоваяодный (С-витаминизация)	200/50мг	0,11	0,12	25,1	119,2	50	354
655	24,04	31,3	91,63	766,4	45		Итого за обед:	870	31,87	42,02	120,97	1018,67	50	
150	2,4	20,1	11,93	75,45		452	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,9	100,6		452
60/10	6,54	5,32	18,22	121,2			Запеканка из творога со сгущенным молоком	80/20	8,72	7,09	24,29	161,6		
210	8,94	25,42	30,15	196,65			Итого за полдник	300	11,89	9,77	40,19	262,2		
1365	41,5	60,26	199,65	1506,92	48		Итого за седьмой день	1820	52,85	75,71	249,69	1897,55	54	

Итого сумма за 7 день: Сад - 191,60

Ясли - 144,61

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

8 день

Заведующий МКДОУ Детский сад №2

Неделя: вторая. День: среда

Дата: 30.07.2025г

_____ Меркулова В.Н.

Сезон: зимне-весенний.

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценност ь (ккал)	Вит ами н С.м г	N рец	Наименования блюда	Выхо д блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Витам ин С.мг	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Каша вязкая, молочная из крупы рисовой	150	2,32	3,8	24,07	132,75		120	Каша вязкая, молочная из крупы рисовой	200	3,09	5,07	32,09	177		120
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,4	0,86	16,7	85,7		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за завтрак:	350	5,02	11,92	51,45	305,52			Итого за завтрак:	450	5,77	13,18	62,92	356,7		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	15	338	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	202	84,8	20	338
	Итого:	150	2,25	0,75	31,5	144	15		Итого:	200	3	1	42	192	20	
Обед	Огурцы свежие	60	0,83	1,3	3,78	30,05		231	Огурцы свежие	60	1,2	1,94	5,66	45,08		231
	Суп картофельный с бобовыми	150	5,9	5,33	10,08	101,6		101	Суп картофельный с бобовыми	200	7,86	7,1	13,44	135,47		101
	Зразы из кур бройлеров с омлетом и овощами	60	8,12	9,21	5,19	136		322	Птица отварная	80	16,88	10,88	0	165		322
	Соус красный основной	30	0,48	1,37	2,16	21,7		228	Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		228
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,86	4,67	26,8	172,67		302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,83	5,84	33,5	215,84		302
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	349	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	200/50 мг	0,66	0,09	32,01	132,8	50	349
	Итого за обед:	655	24,14	23,6	97,37	703,65	45		Итого за обед:	870	37,06	29,54	121,2	896,73	50	
Полдник	Оладьи с джемом	60/10	2,58	4,3	14,28	1,35		423	Оладьи с джемом	80/20	3,44	5,73	19,04	1,8		423
	Какао с молоком	150	4,35	3,75	7,2	81		382	Какао с молоком	200	5,8	5	9,6	108		382
	Итого за полдник	220	6,93	8,05	21,48	82,35			Итого за полдник	300	9,24	10,73	28,64	109,8		
	Итого за восьмой день	1370	41,39	42,41	198,41	1329,32	60		Итого за восьмой день	1820	50,78	57,97	279,318	1823,84	70	

Итого сумма за 8 день: Сад - 182,87

Ясли - 137,01

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

Приятного аппетита!!!



9 день

Неделя: вторая. День: четверг

Дата: 31.07.2025г

Заведующий МКДОУ "Детский сад №2

_____ Меркулова В.Н.

Сезон: зимне-весенний.

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Ви- та- ми- н С. мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Вита- мин С.мг	N рец
			Б	Ж	У											
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Омлет натуральный	80	8,24	13,33	0,72	137,15		173	Омлет натуральный	80	8,24	13,33	0,72	137,15		173
	Икра кабачковая	70	0,084	3,29	6,2	62,4			Икра кабачковая	80	0,96	3,77	6,2	62,4	26	
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150	0,15	0	10,5	21		379	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		379
	Итого за завтрак:	350	11,024	24,74	34,3	372,32			Итого за завтрак:	410	11,95	25,22	37,8	379,32		
2-ой завтрак	Сок фруктовый-яблочный	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Сок фруктовый-яблочный	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,2	4	
Обед	Помидоры свежие	60	0,7	3,22	4,03	48,88		75	Помидоры свежие	60	1,05	4,84	6,05	73,33		75
	Борщ с капустой и картофелем	150	3,84	6,018	6,93	102,63		82	Борщ с капустой и картофелем	200	5,12	8,024	9,24	136,84		82
	Котлеты из птицы	60	9,05	9,47	9,45	159		290	Рагу из птицы	150/80	25	23,6	15	400		290
	Картофель отварной	120/5.7	2,48	5,6	16,67	133,57		202/203								202/203
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Кисель плодоваягодный (С-витаминаизация)	150/45 мг	0,083	0,09	18,83	89,4	45	354	Кисель плодоваягодный (С-витаминаизация)	200/50 мг	0,11	0,12	25,1	119,2	50	354
	Итого за обед:	630,7	20,603	26,05	81,27	675,51	45		Итого за обед:	820	36,22	38,324	88,89	900,91	50	
Полдник	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	60/10	6,94	5,36	12,62	126,6		289/314	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	80/20	9,25	7,15	16,83	168,8		289/314
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	81		376	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108		376
	Итого за полдник	220	11,29	9,11	18,92	207,6			Итого за полдник	300	15,05	12,15	25,23	276,8		
	Итого за девятый день	1350.7	40.263	61.79	191.69	1319.7	48		Итого за девятый день	1730	50.13	58.14	245.05	1727.79	54	

Итого сумма за 9 день: Сад - 238,87

Ясли - 203,68

Приятного аппетита!!!



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10 день

Заведующий МКДОУ Детский сад №2

_____ Меркулова

Неделя: вторая. День: пятница

Дата: 01.08.2025г

Сезон: зимне-весенний.

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценнос ть (ккал)	Вит ами н С.м г	N рец	Наименования блюда	Выхо д блю д а г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценнос ть (ккал)	Вит ами н С.м г	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтрак			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	150	5,92	5,61	30,36	188,06		173	Каша вязкая молочная из крупы пшенной	200	7,89	7,48	40,48	250,75		173
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	88,95		379	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6		379
	Итого за завтрак:	360	13,79	19,31	60,42	464,78			Итого за завтрак:	460	16,78	22,07	74,94	557,12		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,2	4	
Обед	Огурцы свежие	60	0,83	1,3	3,78	30,05		75	Огурцы свежие	60	1,2	1,94	5,66	45,08		75
	Суп с рыбными консервами	150	5,16	5,05	8,6	103,53		82	Суп с рыбными консервами	200	6,88	6,73	11,47	138,05		82
	Шницель из мяса говядины	60	9,9	14,52	8,6	206,4		290	Шницель из мяса говядины	80	13,21	19,36	11,46	275,2		290
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,37	4,63	24,36	156,56		202/203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,7		202/203
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77	50	354
	Компот из сухофруктов(с- витаминация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	354	Компот из сухофруктов(с- витаминация)	200/50 мг	0,66	0,09	32,01	132,8		
	Итого за обед	625	25,210	27,22	94,7	738,17	45		Итого за обед	820	32,35	35,65	124,55	958,37	50	
Полдник	Пряник весовой	60	2,88	1,66	46,62	201,48		289/314	Пряник весовой	80	2,88	1,66	46,62	201,48		289/314
	Какао с молоком	150	0,15	0	10,5	21		376	Какао с молоком	200	0,2	0	14	28		376
	Итого за полдник	210	3,03	1,66	57,12	222,48			Итого за полдник	280	3,08	1,66	60,62	229,48		
	Итого за первый день	1335	40,263	61,79	191,69	1319,72	48		Итого за первый день	1690	50,13	58,14	245,05	1727,79	54	

Итого сумма за 10 день: Сад -181,81

Ясли - 146,54