Основное меню для детей в возрасте 3-7 лет

	Основное меню д.					
№ рецептуры*	Название блюда	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		Γ	Γ	Γ	Γ	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 209	Яйца вареные	40	4,8	4,4	0,2	59
№ 332	Макаронные изделия отварные	140/5	5,1	4,2	31,1	189
№ 246	Opanyu yamuna u ya a apawya	50	0,4	0,1	1,3	8
Nº 240	Овощи натуральные свежие (порциями) огурцы свежие или	30	0,4	0,1	1,3	0
	помидоры свежие или					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
J\≅ 393	Итого за Завтрак	450/5	13,3	9,7	59,3	436
	Второй завтрак	450/5	13,3	9,1	39,3	430
№ 297	•	180	5 1	5.6	7.1	103
	Кефир		5,1	5,6	7,1	
Пром.	Печенье	40		3,9	29,8	166,3
	Итого за Второй завтрак	220	8,1	9,5	36,9	269,3
34.70	Обед	200	1.6	2.0	10.2	4.5
№ 58	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	3,9	10,3	45
<u>№</u> 20	Салат из свежих помидоров и	60	1,4	3,5	4,9	51
J1 <u>=</u> 20	огурцов	00	1,7	3,3	7,2	31
№ 436	Жаркое по-домашнему	220	9,0	14,2	18,8	182
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60	2,6	1,0	13,4	97
Nº 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
Nº 510	Итого за Обед	760	-	·	93,5	632
	Уплотненный полдник	700	18,0	23,9	93,3	032
No 266	1	150/20	147	15.2	55 5	198
№ 366 № 397	Запеканка из творога	150/20 180	14,7	15,3	55,5	99
JNº 397	Какао с молоком	330/20	3,5	3,4	14,0 69,5	297
	Итого за Уплотненныйполдник	330/20	18,2	18,7	09,5	291
	Итого за день	1760/25	57,6	61,8	259,2	1634,3
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 302	Каша овсяная «Геркулес»	180/5	6,2	9,1	30,8	239
	молочная вязкая					
№ 1	Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,2	14,2	124
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	390	15,0	15,8	59,9	453,0
	Второй завтрак			Í	Í	
Пром.	Печенье	20	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
•	Итого за Второй завтрак	200	3,5	4,3	59,1	289,1
	Обед		<i>y-</i>	J-	,	. ,
№ 132	Рассольник «Ленинградский»	200	1,9	4,6	12,6	104
№ 388	Котлеты рыбные	70	8,9	8,2	10,4	161
№ 297	Каша рисовая рассыпчатая	140/5	3,5	4,5	35,0	201
№ 302	Салат из свежей капусты,	60	1,4	3,5	2,9	51
- 	помидоров и огурцов		, -	- 1-	,-	
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	, ,,,,		-	·	·	
	Итого за Обед	750,0	21,7	23,1	120,4	871

№ 746	Пирог с мясом	100	12,0	9,9	35,7	294
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Уплотненныйполдник	280	12,1	9,9	44,1	328
	Итого за день	1620	52,3	53,1	283,5	1941,1
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 431	Печень по-строгановски	80	5,6	8,0	1,7	98
№ 297	Каша гречневая рассыпчатая	140/5	8,3	6,2	36,0	154
№ 246	Овощи натуральные свежие	50	0,4	0,1	1,3	8
	(порциями) огурцы свежие или					
	помидоры свежие					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	490/5	17,3	15,3	65,7	440
№ 297	Йогурт	180	4,9	4,4	22,9	147
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Второй завтрак	200	6,4	6,4	37,8	230,2
	Обед		,			
№ 3	Суп картофельный с клецками	200	2,1	2,1	16,7	82
№ 178	Голубцы ленивые	60/20	5,1	4,3	8,1	82
№ 19	Салат из свежих помидоров	60	0,6	3,0	2,9	43
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	600/20	13,8	11,7	87,2	561
	Уплотненный полдник		,	ĺ		
№ 294	Сырники из творога	150/10	20,6	4,3	44,2	285
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненныйполдник	330/10	24,1	7,7	58,2	384
	Итого за день	1620/35	61,6	41,1	248,9	1615,2
	Четверг, 1 неделя		,		,	,
	Завтрак					
№ 311	Каша манная молочная жидкая	180/5	4,5	6,4	37,3	168
№ 1	Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,2	14,2	124
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	390/30	13,3	13,1	66,4	382
	Второй завтрак		,	ĺ	,	
Пром.	Печенье	20	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	200	3,5	4,3	59,1	289,1
	Обед				,	,
№ 614	Суп с мясными фрикадельками	180/15	4,7	2,6	16,4	112
№ 250	Рыба запеченная с картофелем	230	11,3	12,9	18,0	184
№ 20	Салат из свежих помидоров и	60	1,4	3,5	2,9	51
	огурцов		•		•	
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	750/15	23,4	21,3	96,8	701
	Уплотненный полдник		- , -	,-	- 1 *	
№ 340	Омлет натуральный	150/5	10,6	15,6	4,6	125
№ 228	Макаронные изделия отварные с	150	4,9	5,6	27,5	187
-	овощами		7 -	- , -	- 7°	
П	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Hpom.	ACTION HIMCHIA-HIBIN					
Пром. № 393		180	0.1	0.0	8.4	34
Пром. № 393	Чай с лимоном Итого за Уплотненныйполдник	180 385/5	0,1 18,5	0,0 22,2	8,4 58,8	34 492

	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 413	Сосиска отварная	70/3	4,0	9,7	0,5	102
№ 297	Каша пшенная	140/5	6,2	4,7	36,6	211
№ 16	Салат из свежих огурцов	60	0,4	2,9	1,8	36
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	490/8	13,6	18,3	65,6	529
	Второй завтрак					
№ 297	Кефир	180	5,1	5,6	7,1	103
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
	Итого за Второй завтрак	220	8,1	9,5	36,9	269,3
№ 139	Обед Суп картофельный гороховый с	180/15	4,7	3,6	20,4	124
	гренкми		<u> </u>		·	
№ 286	Перец фаршированный мясом и рисом	200	17,2	31,1	27,1	439
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	740/27	27,9	37,0	107,0	917
	Итого за Уплотненныйполдник					
№ 741	Ватрушки	75	6,7	4,2	30,6	132
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненныйполдник	255	10,2	7,6	44,6	231
	Итого за день	1705/35	59,8	72,4	254,1	1946,3
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
№ 340	Омлет натуральный	150/5	10,6	15,6	4,6	125
№ 219	Морковь, тушеная с рисом	150	2,6	7,2	24,5	179
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
N. 207	Итого за Завтрак	520/5	16,2	23,8	55,8	484
№ 297	Йогурт	180	4,9	4,4	22,9	147
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Второй завтрак	200	6,4	6,4	37,8	230,2
Nr. 122	Обед	200	1.0	4.6	10.6	104
№ 132	Рассольник «Ленинградский»	200	1,9	4,6	12,6	104
№ 501	Котлеты рубленные из кур,	53,3/26,7	4,2	6,5	4,8	101
№ 203	запеченные с молочным соусом Картофель отварной с маслом	130/5	2,6	4,6	19,5	136
Nº 203 Nº 20	Салат из свежих помидоров и	60	1,4	3,5	2,9	51
J12 20	огурцов	00	1,4	3,3	2,7	31
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
V.2010	Итого за обед	723,3/31,7	16,1	21,5	71,5	746
	Уплотненный полдник	j- : = -j*	- ,-	,-	7	
№ 355	Вареники ленивые	180/5	16,6	10,4	29,1	234
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненный полдник		20,1	13,8	43,1	333
	Итого за день	1803,3/41,	58,8	65,5	208,2	1793,2
	Вторник, 2 неделя	-				
№ 104	Каша гречневая вязкая на молоке	180/5	8,0	8,2	32,7	247
№ 1	Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,2	14,2	124
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90

	Итого за Завтрак	390/20	16,8	14,9	61,8	461,0
	Второй завтрак				,	,
Пром.	Печенье	20	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
•	Итого за Второй завтрак	200	3,5	4,3	59,1	289,1
	Обед		,	,	Ź	,
№ 34	Свекольник	200	1,8	3,9	11,39	94
№ 492	Плов из курицы	210	20,1	24,2	35,6	448
№ 19	Салат из свежих помидоров	60	0,6	3,0	2,9	43
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	750	28,5	33,4	109,39	939
№ 326	Оладьи с изюмом	100/10	7,5	8,7	48,1	305
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
	Итого за Уплотненный полдник	350/10	7,9	9,0	63,4	370,1
	Итого за день	1690/30	56,7	61,6	293,69	2059,2
	Среда, 2 неделя				,	,
	Завтрак					
№ 85	Оладьи из печени По-Кунцевски	80	9,3	6,2	0,9	96
№ 297	Каша пшеничная «Артек»	140/5	6,2	4,7	36,6	211
№ 246	Овощи натуральные свежие	50	0,4	0,1	1,3	8
	(порциями) огурцы свежие или		,	,	,	
	помидоры свежие					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	485/5	18,9	12,0	65,5	495
	Второй завтрак				Í	
№ 297	Кефир	180	5,1	5,6	7,1	103
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
•	Итого за Второй завтрак	220	8,1	9,5	36,9	269,3
	Обед				·	
№ 134	Суп крестьянский с крупой	200	1,9	4,4	10,2	92
№ 302	Птица, тушеная в соусе с	230	13,6	12,8	14,1	205
	овощами					
№ 20	Салат из свежих помидоров и	60	1,4	3,5	2,9	51
	огурцов					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	770	22,9	23,0	86,7	702,0
	Уплотненный полдник					
№ 272	Запеканка их творога с морковью	180/20	12,4	16,0	22,1	290
№ 385	Кисель из сока плодового или	180	0,3	0,0	21,0	122
	ягодного натурального					
	Итого за Уплотненный полдник	360/20	12,7	16,0	43,1	412
	Итого за день	1835/25	62,6	60,5	232,2	1878,3
	Четверг, 2 неделя					
№ 311	Каша пшенная молочная жидкая	180/5	6,7	8,2	30,0	223
№ 1	Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,2	14,2	124
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	390/20	15,5	14,9	59,1	437
	Второй завтрак					
Пром.	Печенье	20	3	3,9	29,8	166,3
	C 1 v	100	0.5	0.4	20.2	122,8
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,0

	Обед					
№ 138	Суп картофельный с крупой	200	2,1	2,1	15,5	94
Nº 130	(гречневой)	200	2,1	2,1	15,5)4
№ 430	Запеканка или рулет	200	14,6	13,0	24,4	280
31 <u>2</u> 430	картофельный с мясом или	200	14,0	13,0	2-7,-7	200
	субпродуктами					
№ 16	Салат из свежих огурцов	60	0,4	2,9	1,8	36
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
Nº 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
312 310	Итого за обед	740	23,1	20,3	101,2	764,0
	Уплотненный полдник	740	23,1	20,5	101,2	704,0
№ 406	Пирожки печеные с повидлом	100	6,9	5,8	27,6	238
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
312 373	Итого за уплотненный полдник	280	7,0	5,8	36,0	272
	Итого за день	1610/20	49,1	45,3	255,2	1762,1
	Пятница, 2 неделя	1010/20	77,1	73,3	255,2	1702,1
	Завтрак					
№ 249	Рыба запеченная в омлете	80	4,6	8,9	3,7	81
Nº 297	Каша рисовая рассыпчатая		3,5	4,5	35,0	201
Nº 246	Овощи натуральные свежие	50	0,4	0,1	1,3	8
Nº 240	(порциями) огурцы свежие или	30	0,4	0,1	1,3	8
	помидоры свежие или					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
J1 <u>≅</u> 373	Итого за завтрак	490/5	11,5	14,5	66,7	470
Пром.	Печенье	20	3	3,9	29,8	166,3
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
пром.	Итого за Второй завтрак	200	3,5	4,3	59,1	289,1
	Обед	200	3,5	1,5	37,1	207,1
№ 58	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	3,9	10,3	45
54-28м	Биточек из курицы	150	14,8	8,4	16,2	195,8
№ 330	Бобовые отварные	180/4	12,1	4,2	28,7	198,5
№ 302	Салат из свежей капусты,	60	1,4	3,5	2,9	51
1,202	помидоров и огурцов	00	1,1	3,5	2,5	
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	60	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за обед	870/4	35,9	22,3	117,6	645,8
	Уплотненный полдник	2.0,1	22,52			2.2,0
№ 311	Каша манная молочная жидкая	180/5	4,5	6,4	37,3	168
Nº 1	Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,2	14,2	124
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Уплотненный полдник	390/30	13,3	13,1	66,4	382
	Итого за день	1950/39	64,2	54,2	309,8	1786,9
	Средние показатели за Завтрак	449/10	15,14	15,23	62,58	458,7
	Средние показатели за Второй	206	5,46	6,28	44,4	271,38
	завтрак		2,70	-,,,,,	, .	
	Средние показатели за Обед	745/10	23,13	23,75	99,19	747,88
	Средние показатели за	332/10	14,41	12,38	52,72	350,11
	Уплотненный полдник	. = -	,	,	, -	,
	Средние показатели за период	1732/30	58,14	57,64	258,89	1828,07
					•	

Примечание: № рецептуры* - номера рецептур из перечня блюд; Фрукт** - допускается выдача иных фруктов; Овощи в нарезке, горошек зеленый*** - допускается выдача иных овощей.

Основное меню для детей в возрасте 1-3 года

	Основное меню для	детеи в і	BOSPACTE 1	1-5 года		
№ рецептуры*	Название блюда	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть
		Γ	Γ	Γ	Γ	Ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 209	Яйца вареные	40	4,8	4,4	0,2	59
№ 332	Макаронные изделия отварные	110/3	4,0	2,6	24,4	142
№ 246	Овощи натуральные свежие	110/3	4,0	2,0	24,4	142
Nº 240	(порциями) огурцы свежие или	50	0,4	0,1	1,3	8
	помидоры свежие	30	0,4	0,1	1,5	
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
11point	Итого за Завтрак	420/3	12,2	8,1	52,6	389
	Второй завтрак	120/0	12,2	0,1	52,6	203
№ 297	Кефир	180	5,1	5,6	7,1	103
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
пром.	Итого за Второй завтрак	192	6,6	7,6	20,88	186,2
	Обед	1/2	0,0	7,0	20,00	100,2
№ 58	Борщ с капустой и картофелем					
312 30	ворще капустоп и картофелем	150	1,2	3,7	7,7	31
№ 20	Салат из свежих помидоров и			• •		
	огурцов	40	0,3	2,0	1,6	27,0
№ 436	Жаркое по-домашнему	180	8,0	12,1	16,2	155
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	620	13,5	20,1	85,0	567,0
	Уплотненный полдник		ĺ		Í	Ź
№ 366	Запеканка из творога	140/10	11,7	12,3	35,5	192
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненныйполдник					
		320/10	15,2	15,7	49,5	291
	Итого за день	1552/13	47,5	51,5	207,98	1433,2
	Вторник, 1 неделя			ŕ	ĺ	Í
	Завтрак					
№ 192	Каша овсяная «Геркулес»	1.40/2	<i>5. C</i>	<i>c</i> 1	22.0	100
	молочная вязкая	140/3	5,6	6,4	23,9	180
№ 1	Бутерброд с сыром	20/10	4,1	2,8	9,5	82
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	340/13	12,3	11,7	48,3	352
	Второй завтрак					
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	192	2,0	2,4	44,2	206,0
	Обед					
№ 132	Рассольник «Ленинградский»	150	1,4	3,4	9,4	78
№ 388	Котлеты рыбные	50	7,8	5,9	7,4	102
№ 297	Каша рисовая рассыпчатая	110/3	2,7	2,8	27,5	151
№ 302	Салат из свежей капусты,	40	1,0	2,3	2,0	34
	помидоров и огурцов		1,0	۷,3		34
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	600/3	18,9	16,7	105,8	719

	Уплотненный полдник					
№ 746	Пирог с мясом	80	11,2	7,9	28,6	184
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
	Итого за Уплотненныйполдник	330	11,6	8,2	43,9	249,1
	Итого за день	1462/13	44,8	39,0	242,2	1526,1
	Среда, 1 неделя			0190		
	Завтрак					
№ 431	Печень по-строгановски	60	4,7	6,0	1,3	81
№ 297	Каша гречневая рассыпчатая	110/5	6,5	5,7	28,3	105
№ 246	Овощи натуральные свежие					
	(порциями) огурцы свежие или	50	0,4	0,1	1,3	8
	помидоры свежие		,	,	,	
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
•	Итого за Завтрак	440/5	14,6	12,8	57,6	374
	Второй завтрак					
№ 297	Йогурт	180	4,9	4,4	22,9	147
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Второй завтрак	192	6,4	6,4	37,8	230,2
	Обед					
№ 3	Суп картофельный с клецками	150	1,6	1,6	9,5	52
№ 178	Голубцы ленивые	50/10	2,2	3,3	3,8	48
№ 19	Салат из свежих помидоров	40	0,4	2,0	1,9	28
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	490/10	10,2	9,2	74,7	482
	Уплотненный полдник					
№ 294	Сырники из творога	130/5	10,1	5,2	15,2	135
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненныйполдник	310/5	13,6	8,6	29,2	234,0
	Итого за день	1240/20	44,8	37,0	199,3	1320,2
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
№ 311	Каша манная молочная жидкая	140/5	2,3	4,7	11,2	124
№ 1	Бутерброд с сыром	20/10	4,1	2,8	9,5	82
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	340/15	9,0	10,0	35,6	296,0
	Второй завтрак					
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	192	2,0	2,4	44,2	206,0
34 614	Обед	4.70/4.7	2.4	2.0	0.5	
№ 614	Суп с мясными фрикадельками	150/15	2,4	2,0	9,6	98
№ 250	Рыба запеченная с картофелем	180	8,3	8,9	8,9	119
№ 20	Салат из свежих помидоров и	40	0,3	2,0	1,6	27,0
П	огурцов				·	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	620/10	17,0	15,2	79,6	598,0

	Уплотненный полдник					
№ 340	Омлет натуральный	130/5	8,6	12,3	2,3	86
№ 228	Макаронные изделия отварные с овощами	120	4,0	4,5	22,0	150
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
Пром.	Фрукт (яблоко)**	70	0,3	0,3	6,9	31,1
пром.	Итого за Уплотненный полдник	540/5	15,9	18,1	57,9	447,1
	Итого за день	1692/30	43,9	45,7	217,3	1547,1
	Пятница, 1 неделя	1072/00		10,7		
	Завтрак					
№ 413	Сосиска отварная	50/2	2,0	8,5	0,4	95
№ 297	Каша пшенная	110/3	2,9	2,0	28,7	101
№ 16	Салат и свежих огурцов	40	0,3	2,0	1,2	24
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	420/5	8,2	13,5	57,0	400
	Второй завтрак					
№ 297	Кефир	180	5,1	5,6	7,1	103
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
-	Итого за Второй завтрак	192	6,6	7,6	20,88	186,2
	Обед					
№ 139	Суп картофельный гороховый с гренками	150/10	4,4	3,0	18,6	96
№ 286	Перец фаршированный мясом и рисом	160	8,3	17,3	17,5	188
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за Обед	630/18	18,7	22,6	95,6	638
	Уплотненный полдник					
№ 741	Ватрушки	50	5,8	3,4	14,7	94
№ 397	Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
	Итого за Уплотненныйполдник	230	9,3	6,8	28,7	193
	Итого за день	1472/28	42,8	50,5	202,18	1471,2
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
№ 340	Омлет натуральный	130/5	8,6	12,3	2,3	86
№ 219	Капуста тушеная	120	2,1	5,8	19,6	143
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	470/5	13,7	19,1	48,6	409
№ 297	Йогурт	180	4,9	4,4	22,9	147
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Второй завтрак	192	6,4	6,4	37,8	230,2
14 122	Обед	150	1.4	4.4	0.4	7 0
№ 132	Рассольник «Ленинградский»	150	1,4	4,4	9,4	78
№ 501	Котлеты рубленные из кур,	40/20	2,7	8,1	2,3	84
No 202	запеченные с молочным соусом					
№ 203	Картофель отварной с маслом	110/3	2,2	2,9	12,5	91
№ 20	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,3	2,0	1,6	27,0
	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром	A IICO IIIIICHUAHRIU					170
Пром. Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97

Итого за обед	590/23	12,6	19,7	85,3	634
Уплотненный полдник					
Вареники ленивые	140/5	9,6	9,8	12,5	165
Какао с молоком	180	3,5	3,4	14,0	99
Итого за Уплотненный полдник	320/5	13,1	13,2	26,5	264
Итогог за день	1572/33	45,8	58,4	198,2	1537
Вторник, 2 неделя					
Завтрак					
Каша гречневая вязкая на молоке	140/3	4,2	2,7	15,4	134
Бутерброд с сыром	20/10	4,1	2,8	9,5	82
Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
Итого за Завтрак	340/13	10,9	8,0	39,8	306,0
Второй завтрак					
Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
Итого за Второй завтрак	192	2,0	2,4	44,2	206,0
Обед					
Свекольник	150	1,4	4,9	4,9	60
Плов из курицы	160	9,3	14,4	18,2	198
Салат из свежих помидоров	40	0,4	2,0	1,9	28
Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
Итого за Обед	600	17,1	23,6	84,5	640
Уплотненный полдник					
Оладьи с изюмом	75/10	2,8	6,8	27,5	189
	180	0,1	0,0	8,4	34
	70	0,3	0,3	6,9	31,1
Итого за Уплотненный полдник	325/10	3,5	7,1	42,8	254,1
Итого за день	1457/23	33,5	41,1	211,3	1406,1
Среда, 2 неделя					
Оладьи из печени По-Кунцевски		5,8	4,6	0,7	82
Каша пшеничная «Артек»	110/3	2,9	2,0	18,7	91
Овощи натуральные свежие					
(порциями) огурцы свежие или	50	0,4	0,1	1,3	8
				 	146
					34
	440/3	12,1	7,7	47,4	361
1 1			5,6		103
		-	2	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	83,2
•	192	6,6	7,6	22,0	186,2
	1.50	1.4	2.2	7.	
					69
Птица, тушеная в соусе с овощами	180	1,7	14,7	12,5	168
Canar is chemistry homenopolis	40	0,3	2,0	1,6	27,0
Салат из свежих помидоров и	70			i '	,
огурцов			1.0	10.2	1 4 6
огурцов Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
огурцов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30 40	2,9 2,6	1,2	13,4	97
огурцов	30 40 180	2,9 2,6 0,5	1,2 0,1	13,4 27,8	97 111
огурцов	30 40	2,9 2,6	1,2	13,4	97
огурцов	30 40 180	2,9 2,6 0,5	1,2 0,1	13,4 27,8	97 111
	Рипотненный полдник Вареники ленивые Какао с молоком Итого за Уплотненный полдник Итого за уплотненный полдник Итого за день Вторник, 2 неделя Завтрак Каша гречневая вязкая на молоке Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком Итого за Завтрак Второй завтрак Печенье Сок фруктовый Итого за Второй завтрак Обед Свекольник Плов из курицы Салат из свежих помидоров Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из смеси сухофруктов Итого за Обед Уплотненный полдник Олады с изюмом Чай с лимоном Фрукт (яблоко)** Итого за уплотненный полдник Итого за завтрак Кефир Печенье Итого за Второй завтрак Кефир Печенье Итого за Второй завтрак	Уплотненный полдник 140/5 Какао с молоком 180 Итого за Уплотненный полдник 320/5 Итого за день 1572/33 Вторник, 2 неделя 140/3 Завтрак 140/3 Каша гречневая вязкая на молоке 140/3 Бутерброд с сыром 20/10 Кофейный напиток с молоком 180 Итого за Завтрак 340/13 Второй завтрак 12 Сок фруктовый 180 Итого за Второй завтрак 192 Обед 150 Плов из курищы 160 Салат из свежих помидоров 40 Хлеб ржаной 40 Компот из смеси сухофруктов 180 Итого за Обед 600 Уплотненный полдник 75/10 Чай с лимоном 180 Фрукт (яблоко)** 70 Итого за Уплотненный полдник 325/10 Итого за уплотненный полдник 50 Каша пшеничная «Артек» 110/3 Овощи натуральные свежие 10 Порциями) о	Уплотненный полдник 140/5 9,6 Какао с молоком 180 3,5 Итого за Уплотненный полдник 320/5 13,1 Итого за день 1572/33 45,8 Вторник, 2 неделя Завтрак Каша гречневая вязкая на молоке 140/3 4,2 Бутерброд с сыром 20/10 4,1 Кофейный напиток с молоком 180 2,6 Итого за Завтрак 340/13 10,9 Второй завтрак 12 1,5 Сок фруктовый 180 0,5 Итого за Второй завтрак 192 2,0 Обед 150 1,4 Плов из курицы 160 9,3 Салат из свежих помидоров 40 0,4 Хлеб ржаной 40 2,6 Компот из смеси сухофруктов 180 0,5 Итого за Обед 600 17,1 Уплотненный полдник 0,1 0,1 Фрукт (яблоко)** 70 0,3 Итого за Уплотненный полдник	Уплотненный полдник 140/5 9,6 9,8 Какао с молоком 180 3,5 3,4 Итого за Уплотненный полдник 320/5 13,1 13,2 Итого за день 1572/33 45,8 58,4 Вторник, 2 неделя 3автрак 45,8 58,4 Каша гречневая вязкая на молоке 140/3 4,2 2,7 Бутерброд с сыром 20/10 4,1 2,8 Кофейный напиток с молоком 180 2,6 2,5 Итого за Завтрак 340/13 10,9 8,0 Второй завтрак 12 1,5 2 Сок фруктовый 180 0,5 0,4 Итого за Второй завтрак 192 2,0 2,4 Обед 130 1,4 4,9 Плов из курищы 160 9,3 14,4 Салат из свежих помидоров 40 0,4 2,0 Хлеб ржаной 40 2,6 1,2 Компот из смеси сухофруктов 180 0,5 0,1	Вареники ленивые 140/5 9,6 9,8 12,5

№ 311 № 1 № 395	Итого за день Четверг, 2 неделя	1562/13	39,7	47,2	187,1	1455 4
№ 1	Четверг, 2 неделя	- 1	<i>,.</i>	71,2	10/,1	1455,2
№ 1	-					
№ 1	Завтрак					
	Каша пшенная молочная жидкая	140/5	3,1	7,3	14,4	142
№ 395	Бутерброд с сыром	20/10	4,1	2,8	9,5	82
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Завтрак	340/15	9,8	12,6	38,8	314
	Второй завтрак					
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	192	2,0	2,4	44,2	206,0
	Обед					
№ 138	Суп картофельный с крупой	150	1,6	2,5	8,6	60
	(гречневой)	130	1,0	2,3	0,0	
№ 430	Запеканка или рулет					
	картофельный с мясом или	160	10,7	18,4	9,5	165
	субпродуктами					
№ 16	Салат и свежих огурцов	40	0,3	2,0	1,2	24
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
	Итого за обед	600	18,6	25,2	89,8	603
	Уплотненный полдник					
№ 406	Пирожки печеные с повидлом	60	5,5	5,6	25,1	148
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за уплотненный полдник	260	5,6	5,6	33,5	182
	Итого за день	1392/15	36,0	45,8	206,3	1305
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
№ 249	Рыба запеченная в омлете	60	4,7	2,9	2,8	61
№ 297	Каша рисовая рассыпчатая	110/3	2,7	2,8	27,5	151
№ 246	Овощи натуральные свежие					
	(порциями) огурцы свежие или	50	0,4	0,1	1,3	8
	помидоры свежие					
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,9	1,0	18,3	146
№ 393	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	8,4	34
	Итого за Завтрак	440/3	10,8	6,8	58,3	400
	Второй завтрак					,
Пром.	Печенье	12	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок фруктовый	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	192	2,0	2,4	44,2	206,0
	Обед		,			
№ 58	Борщ с капустой и картофелем	150	1,2	3,7	7,7	31
54-28м	Биточек из курицы	120	14	18,0	9,2	124
№ 330	Бобовые отварные	140/3	9,5	2,2	14,2	105
№ 302	Салат из свежей капусты,	40				24
	помидоров и огурцов	40	1,0	2,3	2,0	34
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,9	1,0	18,3	146
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	1,2	13,4	97
№ 310	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	27,8	111
-	Итого за обед	700/3	31,7	28,5	92,6	648
	Уплотненный полдник	2 2.2	- =;*	,-	,-	

№ 1	Бутерброд с сыром	20/10	4,1	2,8	9,5	82
№ 395	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,5	14,9	90
	Итого за Уплотненный полдник	340/15	9,0	10,0	35,6	296
	Итого за день	1672/21	53,5	47,7	230,7	1550
	Средние показатели за Завтрак	399/8	11,36	11,03	48,4	360
	Средние показатели за Второй	192	4,26	4,76	36,03	205
	Средние показатели за Обед	607/7	16,77	18,11	87,41	615
	Средние показатели за	329/6	10,84	10,29	38,41	270,03
	Уплотненный полдник					
	Средние показатели за период	1527/21	43,23	44,19	210,25	1450,03



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКАЯ НАРОДНАЯ РЕСПУБЛИКА

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 29 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАКЕЕВКА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ПРИКАЗ

21.05.2025

N 35/2-08

Об утверждении примерного меню

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологически требования к организации общественного питания населения», в связи с работог ГКДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 29 Г.О. МАКЕЕВКА» ДНР в летний период 2025 года,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню на летний период.

2. Ответственному за ведение официального сайта ГКДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 29 Г.О. МАКЕЕВКА» ДНР (Бандурка А.А.) разместить настоящий приказ, а также продолжить размещение меню на сайте ДОУ.

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий

С приказом ознакомлена:



А.В. Довженк

А.А. Бандурка