

1	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
2																	
3		ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ															
4		1 день												Утверждаю: Заведующий МКДОУ "Детский сад № 4 "Красная шапочка"			
5		Неделя: первая. День: понедельник												Дата: 02.06.2025г			
6		Сезон: летний. Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет												 В.В. Смагина			
7																	
8	Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценност	Вит ами н С,мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценност (ккал)	Вит ами н С,мг	N рец
9				Б	Ж	У						Б	Ж	У			
10	Завтрак		от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет						
11		Каша вязкая молочная из крупы рисовой	150	2.32	3.8	24.07	132.75		182	Каша вязкая молочная из крупы рисовой	200	3.09	5.07	32.09	177		182
12		Хлеб цельбный йодообогащенный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб цельбный йодообогащенный	40	2.4	0.86	16.7	85.7		
13		Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14
14		Чай с сахаром	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376
15		Итого за завтрак:	350	5.02	11.9	51.45	305.52			Итого за завтрак:	465	5.77	13.18	62.92	356.7		
16	З-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0.75	0	15.15	63.6	3	389	Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	4	389
17		Итого:	150	0.75	0	15.15	63.6	3		Итого:	200	1	0	20.2	84.8	4	
18	Обед																
19		Икра свекольная	40	0.7	3.22	4.03	48.88		75	Икра свекольная	60	1.05	4.84	6.05	73.33		75
20		Суп картофельный с фрикадельками из мяса говядины	150	9.72	6.36	8.22	137.07		231	Суп картофельный с фрикадельками из мяса говядины	200	12.96	8.48	10.96	182.75		231
21		Шницель рыбный натуральный с томатным соусом	60/30	10.11	10.3	7.86	158.32		53	Шницель рыбный натуральный с томатным соусом	80	14.22	14.24	11.04	218		53
22		Картофель отварной с маслом	120/5.7	2.48	5.6	16.67	133.57		125	Картофель отварной с маслом	150/7.1	3.1	6.99	20.84	166.96		125
23		Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77		
24		Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7		
25		Кисель из сока плодово-ягодный (С-	150/45 мг	0.43	0.05	22.65	92.7	45	134	Кисель из сока плодово-ягодный (С-	200/50мг	0.57	0.06	30.2	123.6	50	134
26		Итого за обед:	625.7	27.64	27.1	84.71	708.11	45		Итого за обед:	767.1	36.97	36.48	108.64	928.11	50	
27	Полдник																
28		Оладьи с джемом	60/10	2.56	4.3	14.28	1.35		65	Оладьи с джемом	80/20	4.5	7.08	44.94	250.26		431
29		Кофейный напиток с молоком	150	2.4	20.1	11.93	75.45		379	Кофейный напиток с молоком	200	3.17	2.68	15.9	100.6		379
30		Итого за полдник	220	4.96	24.4	26.21	76.8			Итого за полдник	300	4.5	7.08	44.94	250.26		
31		Итого за день	1345.7	38.37	63.4	177.52	1154	48		Итого за день	1732.1	7.67	9.76	60.84	350.86	54	
32																	
33		Ответственный за питание: Ляхова															



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

2 день

Неделя: первая. День: вторник

Дата: 03.06.2025г

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад
№ 4 "Красная шапочка"

В.В.Смагина

Сезон: летний.

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

8	Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Вита мин С.мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С.м г	N рец
				Б	Ж	У						Б	Ж	У			
9																	
10	Завтрак		от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет						
11		Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	150	4.58	8.04	24.28	188.25		181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200	6.11	10.72	32.38	251		181
12		Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77		
13		Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14
14		Чай с сахаром	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376
15		Итого за завтрак:	350	7.28	16.2	51.66	361.02			Итого за завтрак:	450	8.86	18.84	63.26	430.77		
16	2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0.75	0	15.15	63.6	3	389	Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	4	389
17		Итого:	150	0.75	0	15.15	63.6	3		Итого:	200	1	0	20.2	84.8	4	
18	Обед																
19		Капуста тушеная	40	0.826	1.3	3.78	30.05		231	Капуста тушеная	60	1.74	2.1	7.808	55.13		231
20		Борщ с фасолью и картофелем	150	4.89	6.14	8.88	117.02		84	Борщ с фасолью и картофелем	200	6.53	8.18	11.84	117		84
21		Биточки из мяса говядины, тушеные в соусе красном	60/30	10.38	15.9	10.76	228.1		268/228	Биточки из мяса говядины, тушеные в соусе красном	80/50	13.69	20.73	13.62	296.9		268/228
22		Каша рассыпчатая из крупы гречневой	120	3.86	4.67	26.8	172.67		302	Каша рассыпчатая из крупы гречневой	150	4.83	5.84	33.5	215.84		302
23		Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77		
24		Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7		
25		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
26		Итого за обед:	610	#####	29.6	99.5	785.01	45		Итого за обед:	810	32.52	38.81	128.328	981.14	50	
27	Полдник																
28		Печенье весовое	60	4.5	7.08	44.94	250.26			Печенье весовое	60	4.5	7.08	44.94	250.26		
29		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
30		Итого за полдник	210	7.56	9.73	58.12	339.21			Итого за полдник	260	8.58	10.62	62.52	368.86		
31		Итого за день	1320	#####	55.5	224.43	1548.8	48		Итого за день	1720	50.96	68.27	274.308	1865.57	54	

Ответственный за питание: Ляхова А.В.

Меню составил: технолог Дутов С.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3 день

Неделя: первая. День: среда

Дата: 04.06.2025г

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад
№ 4 "Красная шапочка"

В.В.Смагина

Сезон: летний.

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

8	Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины С.мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С.м	N рец	
				Б	Ж	У						Б	Ж	У				
9																		
10	Завтрак		от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет							
11		Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	150	4.073	3.92	25.04	144.75		54	Каша жидкая кукурузная с маслом сливочным	200	5.43	5.23	33.38	193		54	
12		Хлеб цельбный йодообогатенный	40	1.85	0.65	12.56	64.33			Хлеб цельбный йодообогатенный	40	2.4	0.86	16.7	85.7			
13		Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	
14		Кофейный напиток с молоком	150	2.4	20.1	11.93	75.45		379	Кофейный напиток с молоком	200	3.17	2.68	15.9	100.6		379	
15		Итого за завтрак:	350	8.403	31.9	49.66	350.53			Итого за завтрак:	450	11.08	16.02	66.11	445.3			
16	2-ой завтрак	Фрукты свежие (банан)	150	2.25	0.75	31.5	144	15	338	Фрукты свежие (банан)	200	3	1	42	192	20	338	
17		Итого:	150	2.25	0.75	31.5	144	15		Итого:	200	3	1	42	192	20		
18	Обед																	
19		Капуста тушеная	40	0.83	1.3	3.78	30.05		268	Капуста тушеная	60	1.74	2.1	7.808	55.13		268	
20		Суп картофельный с макаронными изделиями	150	4.6	5.15	10.28	105.85		103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	6.13	6.86	13.71	141.14		103	
21		Зразы из кур, бройлеров – цыплят с омлетом и овощами	60	8.12	9.21	5.19	136		290	Зразы из кур, бройлеров – цыплят с омлетом и овощами	80	10.83	12.28	6.92	181.33		290	
22		Каша рассыпчатая из крупы пшеничной	120	6.99	3.92	34.44	213.6		302	Каша рассыпчатая из крупы пшеничной	150	8.74	4.9	43.06	267		302	
23		Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			
24		Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7			
25		Кисель из сока плодово-ягодный (С-витаминизация)	150/45 мг	0.43	0.05	22.65	92.7	45	134	Кисель из сока плодово-ягодный (С-витаминизация)	200/50мг	0.57	0.06	30.2	123.6	50	134	
26		Итого за обед	580	25.170	21.2	101.62	715.77	45		Итого за обед	760	33.08	28.07	131.248	931.67	50		
27	Полдник																	
28		Сырники из творога со сметаной	60/10	9.87	6.76	4.34	141.34		219	Сырники из творога со сметаной	80/20	14.11	11.15	13.14	201.7		219	
29		Чай с сахаром	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376	
30		Итого за полдник	220	10.02	6.76	14.84	162.34			Итого за полдник	300	14.31	11.15	27.14	229.7			
31		Итого за день	1300	45.843	60.6	197.62	1372.6	60		Итого за день	1710	61.47	56.24	266.498	1798.67	70		

Ответственный за питание: Ляхова А.В.

Меню составил: технолог Дутов С.В.

Приятного аппетита!!!



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

4 день

Неделя: первая. День: четверг

Дата: 05.06.2025г

 Утверждаю:
 Заведующий МКДОУ "Детский сад №
 4 "Красная шапочка"


В.В.Смагина

Сезон: 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 рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С.м	N рец	
			Б	Ж	У						Б	Ж	У				
Завтрак		от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.39	4.36	14.99	116.25		120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.85	5.81	19.99	155		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	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376	
	Итого за завтрак:	350	7.09	12.5	42.37	289.02			Итого за завтрак:	450	8.6	13.93	50.87	334.77			
2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0.75	0	15.15	63.6	3	389	Сок фруктовый	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																	
	Икра свекольная	40	0.7	3.22	4.03	48.88		75	Икра свекольная	60	1.05	4.84	6.05	73.33		75	
	Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной	150	3.84	6.02	6.93	102.63		82	Борщ со свежей капустой и картофелем со	200	6.4	10.03	11.55	171.04		82	
	Котлета из мяса птицы	60	9.05	9.47	9.45	159		322	Плов из мяса птицы бройлера	130(80/50)	9.05	9.47	9.45	159		322	
	Рис припущенный	120	6.88	7.36	27.4	196.32		305									
	Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77		305	
	Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7			
	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:	580	25.17	27.7	97.09	744	45		Итого за обед:	660	21.18	21.46	82.56	626.31	50		
Полдник																	
	Пирожок печеный с повидлом	60	4.17	0.76	35.28	167.4		437	Пирожок печеный с повидлом	80	5.56	1.01	47.05	223.21		437	
	Йогурт фруктовый	150	5.1	5.52	7.08	98.67		386	Йогурт фруктовый	200	6.9	7.36	9.44	131.56		386	
	Итого за полдник	210	9.27	6.28	42.36	266.07			Итого за полдник	280	12.46	8.37	56.49	354.77			
	Итого за день	1290	42.28	46.4	196.97	1362.7	48		Итого за день	1590	43.24	43.76	210.12	1400.05	54		

Ответственный за питание: Ляхова А.В.

Меню составил: технолог Дутов С.В.

	A	B		D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q		
1																			
2	ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ														Утверждаю: Заведующий МКДОУ "Детский сад № 4 "Красная шапочка"				
3	5 день																		
4	Неделя: первая. День: пятница														Дата: 06.06.2025г				
5																			
6	Сезон: летний. Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет														В.В.Смагина				
7																			
8	Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, л-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С.мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Вита мин С.м	N рец		
9				Б	Ж	У						Б	Ж	У					
10	Завтрак		от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет								
11		Омлет натуральный	80	8.24	13.3	0.72	137.15		210	Омлет натуральный	80	6.18	10.2	0.96	102.86		210		
12		Горошек зеленый консервированный	50	2.5	3.3	5.4	54.6		39	Горошек зеленый консервированный	60	3	0.12	6.6	44.01		39		
13		Хлеб цельбный йодообогаченный	40	1.85	0.65	12.56	64.33			Хлеб цельбный йодообогаченный	40	2.4	0.86	16.7	85.7				
14		Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14		
15		Чай с сахаром	150	2.4	20.1	11.93	75.45		376	Кофейный напиток с молоком	200	3.17	2.68	15.9	100.6		379		
16		Итого за завтрак:	330	15.07	44.6	30.74	397.53			Итого за завтрак:	390	14.83	21.11	40.29	399.17				
17	2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0.75	0	15.15	63.6	3	389	Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	4	389		
18		Итого:	150	0.75	0	15.15	63.6	3		Итого:	200	1	0	20.2	84.2	4			
19	Обед																		
20		Капуста тушеная	40	0.83	1.3	3.78	30.05		268	Капуста тушеная	60	1.74	2.1	7.808	55.13		268		
21		Суп картофельный с горохом	150	5.9	5.33	10.08	101.6		102	Суп картофельный с бобовыми	200	9.83	8.88	16.8	169.34		102		
22		Шницель из мяса говядины	60	9.9	14.5	8.6	206.4		278	Шницель из мяса говядины	80	13.31	19.36	11.46	275.2		290		
23		Соус красный основной	120	2.44	3.62	24.45	140.07		228	Соус красный основной	50	0.69	1.95	3.09	31		228		
24		Каша рассыпчатая из крупы пшеничной	30	0.48	1.37	2.16	21.7		302	Каша рассыпчатая из крупы пшеничной	150	3.058	4.52	30.56	175.09		302		
25		Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77				
26		Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7				
27		Кисель из сока плодово-ягодный (С-витаминизация)	150/45 мг	0.43	0.05	22.65	92.7	45	134	Кисель из сока плодово-ягодный (С-витаминизация)	200/50мг	0.57	0.06	30.2	123.6	50	134		
28		Итого за обед:	610	24.18	27.7	97	730.09	45		Итого за обед:	810	34.268	38.74	129.468	992.83	50			
29	Полдник																		
30		Лапшевник с творогом и	60/10	6.94	5.36	12.62	126.6		423	Лапшевник с творогом, со	80/20	9.25	7.15	16.83	168.8		423		
31		Чай с сахаром	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376		
32		Итого за полдник	220	7.09	5.36	23.12	147.6			Итого за полдник	300	9.45	7.15	30.83	196.8				
33		Итого за день	1310	47.09	77.7	166.01	1338.8	48		Итого за день	1700	59.548	67	220.788	1673	54			
34																			
35	Ответственный за питание: Ляхова А.В.																		
36																			
37	Меню составил: технолог Дутов С.В.																		
38																			