



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

6 день

Неделя: вторая. День: понедельник

Дата: 09.06.2025г

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)			Энерге тически я ценнос	Вита мин С.мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Вит ами н С.м	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		182	Каша вязкая молочная из крупы рисовой	200	3.09	5.07	32.09	177		182	
	Хлеб пшеничный	40							Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			
	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	200	4.08	3.54	17.58	118.6		14	
	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 завтрак:	350	5.46	13.7	37.38	287.7			Итого за завтрак:	640	13.72	13.02	84	499.97			
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			200	1	0	20.2	84.8	4		
Обед																	
	Капуста тушеная	40	0.83	1.3	3.78	30.05		268	Капуста тушеная	60	1.74	2.1	7.808	55.13		268	
	Суп картофельный с рыбными консервами	150	5.16	5.05	8.6	103.53		87	Суп картофельный с рыбными консервами	200	8.6	8.41	14.33	172.55		87	
	Шницель рыбный натуральный с томатным соусом	60/30	12.24	12	12.24	198.52		53/89	Шницель рыбный натуральный с томатным соусом	80/50	17.77	17.04	18.34	285		53/89	
	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	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			
	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:	625.7	25.41	25.6	90.57	702.84	45			817.1	36.94	36.5	122.878	975.91	50		
Полдник																	
	Пряник весовой	60	2.88	1.66	46.62	201.48			Пряник весовой	60	2.88	1.66	46.62	201.48			
	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 полдник	210	3.03	1.66	57.12	222.48			Итого за полдник	260	2.88	1.66	46.62	201.48			
	Итого за день	1335.7	34.65	40.9	200.22	1276.6			Итого за день	1917.1	54.54	51.18	273.698	1762.16			

Ответственный за питание: Ляхова А.В.

Меню составил: технолог Дутов С.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7 день

Неделя: вторая. День: вторник

Дата: 10.06.2025г

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 ищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 1-3 л.	Пищевые вещества (г)			Энерге тически я ценнос т	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 г	N 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	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376	
	Итого за завтрак:	350	7.28	16.2	51.66	361.02			Итого за завтрак:	450	8.86	18.84	63.26	430.77			
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	84.8	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 с фасолью и картофелем	150	4.89	6.14	8.88	117.02		84	Борщ с фасолью и картофелем	200	4.89	6.14	8.88	117.02		84	
	Биточки из мяса говядины. тушеные в соусе красном основном	60/30	10.38	15.9	10.76	228.1		268/228	Биточки из мяса говядины. тушеные в соусе красном основном	80/50	13.69	20.73	13.62	296.9		268/228	
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	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	
	Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			Хлеб пшеничный	40	2.47	0.87	16.75	85.77			
	Хлеб ржаной	20	1.73	0.66	8.53	51.8			Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7			
	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	
	Итого за обед:	610	24.97	31.5	95.96	780.83	45		Итого за обед:	810	30.73	39.43	118.75	970.02	50		
Полдник																	
	Булочка Сдоба	60	4.37	7.52	32.35	213.6		452	Булочка Сдоба	80	5.82	10.02	43.14	284.8		452	
	Йогурт фруктовый	150	5.1	5.52	7.08	98.67			Йогурт фруктовый	200	6.9	7.36	9.44	131.56			
	Итого за полдник	210	9.47	13	39.43	312.27			Итого за полдник	280	6.9	7.36	9.44	131.56			
	Итого за день	1320	42.47	60.7	202.2	1517.7	48		Итого за день	1740	47.49	65.63	211.65	1617.15	54		

Ответственный за питание: Павлова А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

8 день

Неделя: вторая. День: среда

Дата: 11.06.2025г

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, 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.мг	N рец
				Б	Ж	У						Б	Ж	У			
9	Завтрак		от 1 года до 3-х лет							от 3-х до 7 лет							
10		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
11		Хлеб целебный йодообогащенный	40	1.85	0.65	12.56	64.33			Хлеб целебный йодообогащенный	40	2.4	0.86	16.7	85.7		
12		Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66		14
13		Чай с сахаром	150/8	0.15	0	10.5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0.2	0	14	28		376
14		Итого за завтрак:	350	6.47	12.3	38.18	267.58			Итого за завтрак:	450	8.53	13.92	50.82	334.7		
15	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
16		Итого:	150	2.25	0.75	31.5	144	15		Итого:	200	3	1	42	192	20	
17	Обед																
18		Капуста тушеная	40	0.83	1.3	3.78	30.05		231	Капуста тушеная	60	1.74	2.1	7.808	55.13		231
19		Суп по-домашнему с клецками	150	4.37	3.42	10.19	89.1		101	Суп по-домашнему с клецками	200	5.82	8.53	6.35	127.34		101
20		Котлета из мяса птицы бройлера	60	9.05	9.47	9.45	159		322	Котлета из мяса птицы бройлера	80	12.07	12.63	12.6	212		322
21		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
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	23.29	21.8	101.66	709.69	45		Итого за обед	810	30.88	33.01	124.908	937.58	50	
27	Полдник																
28		Оладьи с джемом	60/10	6.94	5.36	12.62	126.6		423	Оладьи с джемом	80/20	4.5	7.08	44.94	250.26		423
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	220	10	8.01	25.8	215.55			Итого за полдник	300	8.58	10.62	62.52	368.86		
31		Итого за день	1330	42.01	42.9	197.14	1336.8	60		Итого за день	1760	50.99	58.55	280.248	1833.14	70	
32																	
33																	