



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 1 неделя 1 день (понедельник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша ячневая на концентрированном молоке со сливочным маслом	7.н125с	187	5	7	21	200
Батон с маслом	7.035	95	3	1	21	45
Кофейный напиток на сгущённом молоке	7.030	112	2	2	18	200
Итого:		447	10	11	74	445
Второй завтрак						
Фрукт *		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом	7.32/1/6	80	1	4	9	60
Суп-лапша на курином бульоне	7.20/2	89	2	3	12	200
Бигус с мясом куры	7.н350	393	23	25	11	230
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		727	29	32	69	740
Полдник						
Биойогурт	7.270/1/8	203	5	5	34	180
Пудинг из творога	7.17/5/2	368	14	20	24	120
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		656	21	27	75	330
Всего:		1870	61	71	229	1615

*По приложению №1 или №2



Утверждено:
Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 1 неделя 2день (вторник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	200
Итого:		404	17	19	38	400
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Огурец свежий порционный	7.014-1	6	0	0	2	40
Борщ с фасолью вегетарианский со сметаной	7.068	84	2	4	9	200
Биточки рыбные (треска)	7.355	134	12	3	7	80
Картофельное пюре с морковью	7.4/3	137	3	5	20	150
Компот из кураги	7.110	77	0	0	19	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		527	20	12	76	770
Полдник						
Ряженка	7.363	127	4	9	6	150
Каша вязкая из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом	7.026/2	122	3	4	16	120
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		283	9	14	30	285
Всего:		1277	47	45	160	1555

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 1 неделя 3 день (среда)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Йогурт питьевой	7.023-5	142	8	5	14	160
Каша вязкая кукурузная молочная смаслом	7.095/1	201	5	7	26	200
Джем	7.185	54	0	0	14	20
Батон	7.189-9	83	3	1	19	35
Итого:		463	16	17	59	415
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3	50
Щи с мясом и со сметаной.	7.н137	114	6	6	7	200
Печень говяжья по-строгановски	7.249	107	12	5	1	80
Макаронные изделия отварные с овощами.	7.н151	193	4	5	29	150
Компот из яблок и чернослива	7.3/10	71	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		621	26	20	80	735
Полдник						
Тефтели рыбные с рисом в соусе	7.12/7/5	78	6	3	5	60
Рагу из овощей с цветной капустой	7.180-6	110	3	4	14	150
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		260	10	7	35	375
Всего:		1384	52	44	184	1625

*По приложению №1 или №2



Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом.	7.н119с-1	183	6	7	21	180
Батон с маслом и сыром	7.175/1	83	3	1	19	54
Чай с молоком.	7.079	97	3	3	14	200
Итого:		383	12	12	53	440
Второй завтрак						
Фрукт*		28	1	0	6	100
Итого:		28	1	0	6	100
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2	50
Суп крестьянский с мясом и со сметаной	7.274/7	127	5	6	11	200
Котлета из свинины.	7.н163	187	12	12	4	80
Картофельное пюре	7.3/3	135	3	5	18	150
Компот из сухофруктов.	7.115/1	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		651	25	25	74	785
Полдник						
Суфле творожное	7.19/6	363	14	22	16	120
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		497	17	24	44	305
Всего:		1559	55	61	177	1611

***По приложению №1 или №2**



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 1 неделя 5 день (пятница)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	7.162/1	187	5	7	23	200
Батон	7.189-5	140	3	6	21	40
Сок фруктовый	7.031-7	69	1	0	15	160
Итого:		396	8	13	60	400
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из капусты и моркови с растительным маслом.	7.001	44	1	3	4	60
Уха рыбацкая	7.30/2	111	7	2	11	200
Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	7.257	127	12	11	4	80
Каша перловая	7.142/1	219	5	6	35	150
Компот из сухофруктов и шиповника	7.7/10/1	72	0	0	17	180
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		674	28	23	94	725
Полдник						
Морковное пюре	7.100	67	2	3	8	100
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Сдоба обыкновенная	7.8/12/1	283	7	5	45	80
Пряник	7.081	105	1	1	24	30
Итого:		388	9	8	63	360
Всего:		1498	46	45	227	1581

*По приложению №1 или №2

Замена по Приложению №3 Салат капустный (7.001) на Кукурузу консервированную (7.375/3)



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 2 неделя 6 день (понедельник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша из овсяных хлопьев на концентрированном молоке со сливочным маслом	7.н123с	179	5	8	19	200
Батон	7.189-9	83	3	1	19	35
Масло сливочное	7.01/3	38	0	4	0	5
Кофейный напиток на сгущенном молоке	7.030	112	2	2	18	200
Итого:		412	10	16	56	440
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат капустный с морковью	7.001	44	1	3	4	60
Суп из овощей с зел. горошком и мясом кури со сметаной	7.н106-3	98	5	4	10	200
Гуляш из мяса кури.	7.н190-1с	141	20	4	3	100
Макаронные изделия отварные со овощами.	7.н151	193	4	5	29	150
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		615	33	13	84	745
Полдник						
Пудинг из творога с морковью	7.18/5/2	300	12	16	20	120
Сгущенное молоко	7.004	49	1	1	9	15
Биойогурт	7.270/1/5	170	5	5	29	150
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		566	19	22	67	305
Всего:		1687	66	55	220	1610

*По приложению №1 или №2

Замена по Приложению №3 Салат капустный с морковью (7.001) на Огурец консервированный (7.367-4)



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 2 неделя 7 день (вторник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	200
Итого:		405	17	19	38	400
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	7.27/1	84	1	4	10	60
Свекольник с мясом и со сметаной.	7.н102	142	6	6	14	200
Голубцы ленивые в молочном соусе	7.243	319	18	18	16	230
Компот из ягод замороженных.	7.493/1	95	0	0	22	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		729	28	28	82	790
Полдник						
Йогурт питьевой	7.023-5	142	8	5	14	160
Каша манная молочная со сливочным маслом	7.н066-5	128	4	5	16	150
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		305	13	10	38	325
Всего:		1568	60	57	189	1815

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 2 неделя 8 день (среда)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша вязкая кукурузная молочная смаслом	7.095/1	201	5	7	26	200
Батон с маслом	7.035/3	116	2	6	16	36
Какао с молоком	2021/36/1	104	3	3	14	180
Итого:		420	10	16	57	416
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		43	0	0	9	100
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2	50
Щи вегетарианские со сметаной	7.145	77	2	4	8	200
Тефтели рыбные(минтай)	7.149с-1	127	9	6	5	80
Рис припущенный с овощами.	7.149/1	217	4	7	32	150
Компот из яблок и изюма	7.2/10	72	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		609	19	20	84	730
Полдник						
Йогурт в стаканчике	7.79/5/1	106	4	4	14	125
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Ватрушка с творогом	7.103/1	268	8	11	28	80
Печенье	7.308	138	3	2	23	30
Итого:		551	15	16	74	385
Всего:		1622	44	52	224	1631

*По приложению №1 или №2



Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом	7.127	200	6	8	23	200
Батон	7.189-6	106	3	1	24	45
Сыр	7.435/4	20	1	1	0	6
Сок фруктовый	7.031-4	69	1	0	15	150
Итого:		395	11	11	62	401
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат морковный	7.10/1	62	1	4	7	60
Суп картофельный с макаронными изделиями с тушенкой	7.н060	158	5	6	17	200
Суфле из печени.	7.н089	168	17	9	2	80
Рагу из овощей	7.180-3	108	4	14	21	150
Компот из сухофруктов.	7.115/1	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		689	31	22	82	780
Полдник						
Ряженка	7.363-1	143	5	10	7	170
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	7.н119с-2	147	4	5	17	150
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		325	10	16	31	335
Всего:		1390	48	48	186	1631

Замена по приложению №3 Салат морковный (7.10/1) на Зелёный горошек порционный (7.017/2)

Рагу из овощей (7.180-3) на Рагу из овощей с молочным соусом (7.19/3/4)



Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическ ая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	7.н080-1	215	6	8	28	200
Батон	2021/189/ 4	71	2	1	16	30
Масло сливочное	2021/01/3	38	0	4	0	5
Чай с молоком.	7.079	97	3	3	14	200
Итого:		421	12	16	58	435
Второй завтрак						
Фрукт		28	1	0	6	100
Итого:		28	1	0	6	100
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3	50
Суп фасолевый	7.32/2/4	108	2	5	13	200
Запеканка картофельная с отварным мясом	7.041	413	20	23	22	230
Компот из чернослива и изюма	7.5/10	97	0	0	23	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		743	26	31	81	780
Полдник						
Салат из отварной свеклы с морской капустой и растительным маслом	7.22/1/1	61	1	4	4	50
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Плюшка с маком	7.118p/1	289	7	7	43	80
Итого:		387	7	12	56	280
Всего:		1580	45	59	200	1595

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11

Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 3 неделя 11 день (понедельник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша пшеничная на концентрированном молоке со слив.маслом	7.н331/1	209	6	8	24	200
Батон с маслом	7.035	132	3	5	21	45
Кофейный напиток на сгущённом молоке	7.030	112	2	2	18	200
Итого:		453	11	16	63	445
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		43	0	0	9	100
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом	7.10/1	62	1	4	7	60
Суп крестьянский со сметаной	7.н086-7	111	4	3	16	200
Суфле из мяса кур паровое	7.8/9	165	12	9	3	80
Капуста тушеная.	7.н76с	109	3	5	14	150
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		633	24	22	80	745
Полдник						
Биойогурт	7.270/1/8	203	5	5	34	180
Запеканка из творога с рисом	7.14/5/2	344	15	22	22	120
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	2021/049	35	1	0	8	15
Итого:		633	22	29	72	330
Всего:		1902	62	79	225	1620

*По приложению №1 или №2

Замена по Приложению №3 Салат морковный (7.10/1) на Салат из свёклы (7.20/1)



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 3 неделя 12 день(вторник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	200
Итого:		404	17	19	38	400
Второй завтрак						
Сок фруктовый	7.031/1	46	1	0	10	100
Вафля	7.277	106	1	1	24	30
Итого:		152	1	1	34	130
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3	50
Суп гороховый со сметаной	7.264	97	2	4	12	200
Азу с мясом говядины	7.152	330	17	16	23	230
Компот из сухофруктов	7.115/1	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		639	23	24	77	785
Полдник						
Суп молочный с лапшой	7.21/2/3	80	2	3	9	150
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Пирожок с яблоком	7.085	242	5	7	35	90
Итого:		360	8	10	53	390
Всего:		1555	49	53	203	1705



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 3 неделя 13 день(среда)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043/1	166	4	6	20	180
Батон с маслом	7.035	95	3	1	21	45
Какао с молоком	2021/36/1	104	3	3	14	180
Итого:		402	10	14	56	410
Второй завтрак						
Фрукт*		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2	50
Суп картофельный с мясом	7.101	146	5	7	13	200
Биточки рыбные (треска)	7.355	134	12	3	7	80
Рис припущенный с овощами .	7.189/1	217	4	7	32	150
Компот из яблок и чернослива	7.3/10	71	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		696	25	20	94	735
Полдник						
Йогурт питьевой	7.023-5	142	8	5	14	160
Сгущенное молоко	7.004	49	1	1	9	15
Запеканка творожная	7.н39-3	319	15	20	11	120
Хлеб пшеничный	2021/049	35	1	0	8	15
Итого:		546	26	26	42	310
Всего:		1706	62	61	207	1555

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 3 неделя 14 день(четверг)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Ряженка	7.363-1	144	5	10	7	170
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	7.н119с	196	5	7	23	200
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Итого:		472	14	23	51	410
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		43	0	0	9	100
Обед						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом	7.32/1/6	80	1	4	9	60
Щи вегетарианские со сметаной	7.145	77	2	4	8	200
Бифштекс рубленый паровой	7.13/8	254	19	17	0	80
Свекла, тушенная со сметаной	7.н113/1	126	3	6	18	150
Компот из кураги и изюма	7.4/10	80	0	0	19	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		706	28	31	73	790
Полдник						
Макаронные изделия отварные с сыром	7.43-2/3/2	200	6	5	28	130
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.144	35	1	0	8	15
Итого:		273	7	5	45	295
Всего:		1494	49	59	178	1590

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 3 неделя 15 день(пятница)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	7.19/4	213	5	6	29	200
Батон с маслом	7.035/3	116	2	6	16	36
Чай с молоком.	7.079	97	3	3	14	200
Итого:		426	11	15	58	436
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из помидоров и огурцов	7.333/3	24	1	1	3	55
Уха рыбацкая	7.30/2	111	7	2	11	200
Печень говяжья по-строгановски	7.249	107	12	5	1	80
Картофельное пюре	7.64с	145	3	4	22	150
Компот из сухофруктов	7.115/1	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.144	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		544	26	12	74	1225
Полдник						
Капуста тушеная	7.205	57	2	3	6	100
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Ватрушка с джемом	7.150/1	288	7	7	43	80
Итого:		384	8	10	58	330
Всего:		1394	45	38	201	2106

*По приложению №1 или №2

Замена по Приложению №3 Салат из помидоров и огурцов (7.333/3) на Огурец консервированный (7.367-4)



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11

Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 4 неделя 16 день (понедельник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша ячневая на концентрированном молоке со сливочным маслом	7.н125с	187	5	7	21	200
Батон с маслом	7.035	132	3	5	21	45
Кофейный напиток на сгущённом молоке	7.030	112	2	2	18	200
Итого:		431	10	15	60	445
Второй завтрак						
Фрукт*		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	7.20/1	70	1	4	6	60
Суп овощной с цветной капустой на курином бульоне со сметаной	7.044с-1	61	1	3	7	200
Плов из отварной курицы	7.162с	365	28	11	33	230
Напиток из шиповника	7.063	76	0	0	18	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	46	2	0	10	20
Итого:		673	34	19	87	745
Полдник						
Биойогурт	7.270/1/8	203	5	5	34	180
Запеканка из творога с морковью	7.13/5/2	346	14	25	17	120
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		634	22	31	68	330
Всего:		1777	66	66	225	1620

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11

Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 4 неделя 17 день (вторник)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Омлет натуральный	7.н038/5	222	12	15	4	150
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Чай с лимоном.	7.022-3	55	0	0	13	200
Итого:		404	17	19	38	400
Второй завтрак						
Фрукт		63	1	0	15	100
Итого:		63	1	0	15	100
Обед						
Огурец свежий порционный	7.014-1	18	0	0	0	40
Борщ вегетарианский со сметаной.	7.н136-1	79	2	3	12	200
Рыба, запеченная в молочном соусе (кета)	7.6/7/1	111	11	4	4	80
Рагу из овощей	7.180-3	168	4	7	21	150
Компот из сухофруктов	7.ю115/1	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.049	46	2	0	10	20
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		552	22	14	79	780
Полдник						
Ряженка	7.363	127	4	9	6	150
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	7.4/4/2	136	3	5	17	150
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		297	9	14	30	315
Всего:		1317	49	47	163	1595

*По приложению №1 или №2



Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд

Дети 3-7 лет 4 неделя 18 день (среда)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Каша из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливочным маслом	7.н027	199	6	8	24	200
Батон с маслом и сыром	7.175/1	116	2	6	16	54
Какао с молоком	7.285	104	3	3	14	200
Итого:		418	11	17	54	454
Второй завтрак						
Фрукт*		43	0	0	9	100
Итого:		43	0	0	9	100
Обед						
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	7.27/1	84	1	4	10	60
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	7.165-1	96	2	3	14	200
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики".	7.н104	183	12	11	5	80
Капуста тушеная.	7.н76с	109	3	5	14	150
Компот из яблок и изюма	7.2/10	72	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		646	21	23	83	745
Полдник						
Йогурт питьевой	7.023-5	142	8	5	14	160
Сгущённое молоко	7.004	49	1	1	9	15
Запеканка творожная	7.н039-3	319	15	20	11	120
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		545	26	26	42	310
Всего:		1652	58	67	188	1591

*По приложению №1 или №2

Утверждено:

Заведующий МАДОУ №11
Бессонова О.Е.

Меню приготавливаемых блюд
Дети 3-7 лет 4 неделя 19 день(четверг)

Наименование блюда	№ рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
Ряженка	7.363-1	143	5	10	7	170
Каша пшеничная молочная с маслом	7.127	200	6	8	23	200
Батон	7.189-9	83	3	1	19	35
Итого:		446	15	21	48	405
Второй завтрак						
Фрукт*		28	1	0	6	100
Итого:		28	1	0	6	100
Обед						
Салат из помидоров	7.288/2	35	1	3	3	50
Щи с мясом со сметаной.	7.н137	114	6	6	7	200
Котлета из говядины и свинины	7.н163	188	13	12	4	80
Макаронные изделия отварные с овощами.	7.н151	193	4	5	29	150
Кисель из клюквы	7.8/10/5	107	0	0	24	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	46	2	0	10	20
Итого:		738	27	26	90	735
Полдник						
Биточки рыбные из минтая	7.3/5	93	7	4	5	50
Картофельное пюре	7.3/3/3	104	2	3	15	100
Чай с сахаром	7.354/1	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный	7.049	35	1	0	8	15
Итого:		270	10	7	37	315
Всего:		1482	52	54	180	1561

***По приложению №1 или №2**



Бессонова О.Е.

Дети 3-7 лет 4 неделя 20день (пятница)

Замена по Приложению №3 Салат капустный (7.001) на Огурец консервированный (7.367-4)