





Утверждено:  
Заведующий МАДОУ № 11  
О.Е. Бессонова

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: дети от 3 до 7 лет**

**1 неделя 2 день (вторник)**

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
<b>Завтрак</b>						
Омлет натуральный	7.н038/5	224	12	15	4	150
Батон	7.189-5	96	3	1	21	40
Сыр	7.435/2	33	2	2	0	10
Чай с лимоном.	7.022-3	56	0	0	13	200
<b>Итого:</b>		<b>409</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>38</b>	<b>400</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Фрукт		64	1	0	15	100
<b>Итого:</b>		<b>64</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>						
Салат из помидоров	7.288/2	36	1	3	3	50
Борщ вегетарианский со сметаной	7.н136-2	80	2	3	12	200
Тефтели рыбные из горбуши	7.149с-8	153	14	7	5	70
Картофельное пюре с морковью	7.4/3	139	3	5	20	150
Компот из сухофруктов	7.115/1	76	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Соль		0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
<b>Итого:</b>		<b>586</b>	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>80</b>	<b>725</b>
<b>Полдник</b>						
Снежок	7.340	101	3	4	13	180
Каша вязкая из гречи и риса молочная («Дружба») со сливочным маслом	7.026/2	123	3	4	16	120
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
<b>Итого:</b>		<b>271</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>320</b>
<b>Всего:</b>		<b>1330</b>	<b>50</b>	<b>45</b>	<b>172</b>	<b>1545</b>



Утверждено:  
Заведующий МАДОУ № 11  
О.Е. Бессонова

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: дети от 3 до 7 лет**

**1 неделя 3 день (среда)**

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
<b>Завтрак</b>						
Йогурт питьевой	7.266	112	6	4	11	180
Джем	7.185	54	0	0	14	20
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	7.н124с-3	172	4	6	22	200
Батон	7.189-9	83	3	1	19	35
<b>Итого:</b>		<b>421</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>65</b>	<b>385</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Сок фруктовый		47	0	0	9	100
<b>Итого:</b>		<b>47</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>						
Огурец свежий порционный	7.014-4	7	0	0	2	50
Уха рыбацкая (из минтая)	7.30/2	112	7	2	11	200
Котлета из мяса кури	7.н114/1	116	15	3	4	80
Рагу из овощей	7.180-3/1	93	2	3	12	130
Компот из яблок	7.197	62	0	0	15	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Соль		0	0	0	0	5
<b>Итого:</b>		<b>492</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>67</b>	<b>715</b>
<b>Полдник</b>						
Макароны с сыром	7.43-2/3/2	202	6	5	28	150
Чай с сахаром	7.10/10/1	35	0	0	8	180
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
<b>Итого:</b>		<b>284</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>46</b>	<b>350</b>
<b>Всего:</b>		<b>1244</b>	<b>49</b>	<b>24</b>	<b>186</b>	<b>1560</b>



Утверждено:

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: дети от 3 до 7 лет**

**1 неделя 4 день (четверг)**

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом.	7.н119с-1	185	6	7	21	180
Батон	7.189-9	84	3	1	19	35
Масло сливочное	2021/01/3	37	0	4	0	5
Чай с сахаром	7.354/2	38	0	0	9	200
<b>Итого:</b>		<b>344</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>49</b>	<b>420</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Фрукт		40	0	0	10	100
<b>Итого:</b>		<b>40</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	7.001	44	1	3	4	60
Суп крестьянский с тушенкой со сметаной	7.274/7	127	5	6	11	200
Гуляш из мяса свинины	7.11/8/1-1	231	15	15	4	80
Картофельное пюре	7.3/3	137	3	5	18	150
Компот из сухофруктов	7.115/1	76	0	0	17	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Соль		0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
<b>Итого:</b>		<b>717</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>77</b>	<b>795</b>
<b>Полдник</b>						
Суфле творожное	7.19/6	367	14	22	16	150
Сгущенное молоко	7.004	50	1	1	9	15
Чай с сахаром	7.10/10/1	35	0	0	8	180
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
<b>Итого:</b>		<b>499</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>43</b>	<b>365</b>
<b>Всего:</b>		<b>1600</b>	<b>54</b>	<b>64</b>	<b>179</b>	<b>1680</b>

**Замена по Приложению №1**

Салат из белокочанной капусты и моркови ( 7.001) на Кукурузу консервированную (7.375/3)



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: дети от 3 до 7 лет**

**1 неделя 5 день (пятница)**

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	7.162	189	4	7	25	200
Батон	7.189-5	95	3	1	21	40
Сок фруктовый	2021/21	83	1	0	18	180
<b>Итого:</b>		<b>367</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>65</b>	<b>420</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Фрукт		29	1	0	7	100
<b>Итого:</b>		<b>29</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2	50
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной	7.8/2/2	59	1	2	7	180
Бефстроганов из отварного мяса говядины	7.7/8/1	185	11	11	4	70
Каша перловая	7.142/1	221	5	6	35	150
Компот из ягод замороженных	7.493/1	96	0	0	22	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Соль		0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
<b>Итого:</b>		<b>689</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>93</b>	<b>755</b>
<b>Полдник</b>						
Морковное пюре	7.100	67	2	3	8	150
Чай с сахаром	7.10/10/1	35	0	0	8	180
Сдоба обыкновенная	7.8/12/1	286	7	5	45	80
Печенье	7.308	139	3	2	23	30
<b>Итого:</b>		<b>527</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>84</b>	<b>440</b>
<b>Всего:</b>		<b>1612</b>	<b>42</b>	<b>39</b>	<b>249</b>	<b>1715</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Бессонова Ольга Евгеньевна

Действителен с 15.06.2022 по 15.06.2023