



Утверждено:

Заведующий МАДОУ № 11

О.Е. Бессонова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети от 3 до 7 лет

2 неделя 6 день (понедельник)

Блюдо	№ раскладки	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
Завтрак						
Каша из овсяных хлопьев на концентрированном молоке со сливочным маслом	7.037	179	5	8	21	200
Батон	7.189-9	84	3	1	19	35
Кофейный напиток с молоком	7.13/10/1	96	2	2	13	180
Итого:		359	10	11	53	415
Второй завтрак						
Фрукт		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	7.001	44	1	3	4	60
Суп из овощей вегетарианский с зелёным горошком со сметаной	7.170	89	2	4	10	200
Гуляш из мяса кури.	7.н190-4с	98	14	3	2	70
Макаронные изделия отварные с овощами.	7.н151	184	4	4	29	150
Напиток из шиповника	7.063	77	0	0	18	200
Хлеб ржаной	7.002/1	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Соль						
Итого:		594	25	14	86	730
Полдник						
Снежок	7.340	104	3	4	13	180
Пудинг из творога с морковью	7.18/5/2	304	12	16	20	150
Сгущенное молоко	7.004	50	1	1	9	15
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Итого:		505	18	21	52	365
Всего:		1498	53	46	201	1610



Утверждено:
Заведующий МАДОУ № 11

О.Е. Бессонова

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

2 неделя 7 день (вторник)

Блюдо	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
Завтрак						
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
Итого:		409	17	19	38	400
Второй завтрак						
Фрукт		64	1	0	15	100
Итого:		64	1	0	15	100
Обед						
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	7.27/1	85	1	4	10	60
Свекольник вегетарианский со сметаной.	7.258	103	2	4	14	200
Котлета из свинины	7.н163/2	189	13	12	3	70
Капуста тушеная	7.8/3/4	98	2	4	12	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						
Аскорбиновая кислота в третье блюдо	7.500	0	0	0	0	50
Итого:		653	22	24	79	730
Полдник						
Йогурт питьевой	7.338	107	6	4	11	180
Каша манная молочная со сливочным маслом	7.н066-5	127	4	5	16	150
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Итого:		318	14	10	40	330
Всего:		1444	54	53	172	1560



Утверждено:
Заведующий МАДОУ № 11

О.Е. Бессонова

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

2 неделя 8 день (среда)

Блюдо	№ раскладки	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
Завтрак						
Каша вязкая кукурузная молочная с маслом	7.095/1	203	5	7	26	200
Батон с маслом	7.261	102	2	4	16	34
Какао с молоком	7.14/10/1	102	3	3	14	180
Итого:		407	10	14	56	414
Второй завтрак						
Сок фруктовый		47	1	0	10	100
Итого:		47	1	0	10	100
Обед						
Салат из огурцов с растительным маслом	7.065	26	0	2	2	50
Щи вегетарианские со сметаной	7.145	68	2	3	8	200
Тефтели рыбные (треска)	7.149с-10	120	11	3	5	75
Рис, припущенный с овощами	7.179/1	201	4	5	32	150
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
Итого:		580	21	14	84	725
Полдник						
Йогурт в стаканчике	7.270/1/10	154	4	4	26	125
Чай с сахаром	7.10/10/1	35	0	0	8	180
Печенье	7.308	140	3	2	23	30
Ватрушка с творогом	7.103/1	264	8	10	27	80
Итого:		593	15	16	84	415
Всего:		1627	47	4	234	1656



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

Блюдо	№ раскладки	Энергети- ческая ценность (ккал.)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Выход блюда (г.)
Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом	7.н124-с	184	5	7	21	200
Сыр	7.435/6	23	2	2	0	7
Батон	7.189-5	96	3	1	21	40
Сок фруктовый	2021/21	83	1	0	18	180
Итого:		386	11	10	60	427
Второй завтрак						
Фрукт		40	0	0	10	100
Итого:		40	0	0	10	100
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом	7.10/1	62	1	4	7	60
Суп картофельный с макаронами на тушенке	7.н060	140	4	5	17	200
Суфле из печени.	7.н089	170	17	9	2	80
Рагу из овощей	7.180-3/1	93	2	3	12	130
Компот из ягод замороженных	7.493/1	98	0	0	23	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
Итого:		665	28	21	84	775
Полдник						
Йогурт питьевой	7.338	107	6	4	11	180
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	7.н119с-2	149	4	5	17	150
Хлеб пшеничный	7.050	47	2	0	10	20
Итого:		303	12	9	38	350
Всего:		1372	51	40	176	1652

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Бессонова Ольга Евгеньевна

Действителен с 15.06.2022 по 15.06.2023