

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию воспитанников №116

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МАДОУ детского сада
общеразвивающего вида № 116 № 62-о
от 02.09.2026

Заведующий  Бритвина О.Н.



20-дневное меню на весенне-летний период (для детей 3-7 лет с 10,5 часовым пребыванием)



Подписано цифровой
подписью: Бритвина Ольга
Николаевна
DN: cn=Бритвина Ольга
Николаевна, o=МАДОУ детский
сад общеразвивающего вида №
116, ou=заведующий,
email=mdou116@eduekb.ru,

Дата: 2026.09.02 17:53:11 +05'00'

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 1 день

3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая карта	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Ca, мг	Fe, мг	B1,мг	B2,мг	C, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша манная молочная с маслом сливочным	5/4	178,00	5,30	5,10	27,50	93,50	0,39	0,06	0,11	0,42	200,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	30,00
Масло сливочное	-	33,00	0,00	3,60	0,10	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		454,00	12,30	13,40	70,50	115,26	2,29	0,19	0,24	0,94	435,00
Второй завтрак											
Сок фруктовый	-	65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Итого:		65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Обед											
Салат из отварной моркови с раст.маслом	10/1	64,00	0,70	4,00	6,60	14,38	0,38	0,03	0,04	2,65	50,00
Суп-пюре гороховый	29/2	96,00	5,20	1,80	14,40	32,67	1,59	0,15	0,04	0,48	200,00
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	36/8	379,00	19,20	17,60	35,00	36,54	3,99	0,24	0,25	18,00	200,00
Компот из сухофруктов	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	5,16	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,03	0,00	50,00
Итого:		704,94	28,78	23,82	92,44	111,01	7,64	0,45	0,39	26,29	720,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога (вариант 2)	10/5	225,00	16,80	10,10	16,20	139,25	0,58	0,04	0,22	0,19	200,00
Сгущенное молоко	-	48,00	1,10	1,30	8,30	46,10	0,00	0,00	0,10	0,20	15,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		353,94	19,38	11,52	43,34	189,75	0,97	0,06	0,33	0,39	445,00
Всего:		1577,88	61,26	48,94	221,48	426,52	13,00	0,70	0,96	30,62	1700,00

Стоимость детского руб на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 2 день

на —

3-7 лет

Блюдо	Техн о- логи- ческа я	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшеничная молочная с маслом	15/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	200,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	30,00
Масло сливочное	-	33,00	0,00	3,60	0,10	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		436,00	12,60	13,70	64,70	213,39	1,96	0,27	0,23	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из оварного картофеля и сол.огурца с р.м.	31/1	64,00	0,90	4,10	5,80	12,65	0,46	0,04	0,02	2,89	50,00
Суп крестьянский со сметаной	31/2	88,00	1,80	4,40	10,10	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	200,00
Суфле из рыбы	14/7	178,00	23,60	6,80	5,20	47,73	65,00	0,04	0,10	0,14	200,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		494,94	29,78	15,72	57,64	98,64	66,55	0,14	0,17	59,52	720,00
Уплотнённый полдник											
Макароны отварные с ма	43/3	188,00	5,30	3,80	32,40	12,80	0,74	0,06	0,02	0,86	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		268,94	1,48	3,92	51,24	17,20	1,13	0,08	0,03	0,86	430,00
Всего:		1248,88	44,26	33,74	183,38	345,23	71,84	0,49	0,43	71,32	1685,00

Стоимость детодня

руб на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н. Бритвина

Меню-раскладка 3 день
на
3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	11/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	200,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	30,00
Масло сливочное	-	33,00	0,00	3,60	0,10	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		482,00	13,50	14,30	74,20	119,29	2,95	0,27	0,24	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из отвар.свеклы с р.м	20/1	64,00	0,80	5,00	4,10	19,25	0,73	0,01	0,02	1,16	50,00
Суп вегетарианский со сметаной	6,50	65,00	1,30	2,60	8,90	16,46	0,55	0,05	0,04	4,57	200,00
Плов из мяса куры	0,50	436,00	18,50	20,60	43,20	26,64	2,73	0,09	0,13	1,20	200,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Итого:		730,94	24,28	28,62	92,64	89,77	5,69	0,18	0,22	57,09	720,00
Уплотнённый полдник											
Суфле творожное	10,50	224,00	14,70	12,10	13,70	135,89	0,62	0,04	0,22	0,23	200,00
Сгуш.молоко		48,00	1,10	1,30	8,30	46,10	0,00	0,00	0,10	0,20	15,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		352,94	17,28	13,52	40,84	186,39	1,01	0,06	0,33	0,43	445,00
Всего:		1614,88	55,46	56,84	217,48	411,45	11,85	0,51	0,79	68,46	1700,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н. Бритвина

Меню-раскладка 1 неделя 4 день

на _____

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	14/4	195,00	6,00	5,30	30,70	116,18	0,73	0,10	0,13	0,42	200,00
Хлеб с маслом, сыром	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Кофейный напиток на молоке	13/10	200,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		532,00	14,00	14,80	58,20	323,24	0,92	0,13	0,29	1,01	445,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из свежих помидор с ра	15/1	65,00	0,60	6,00	2,10	8,63	0,49	0,03	0,02	13,48	60,00
Борщ со сметаной	2/2	87,00	1,70	4,30	10,30	33,48	0,75	0,04	0,04	8,65	200,00
Биточки (котлеты) из мяса кур	5/9	211,00	14,30	11,70	11,90	33,91	1,16	0,06	0,12	0,30	80,00
Картофельное пюре	3/3	135,00	3,10	4,20	20,60	37,12	1,09	0,12	0,10	10,74	150,00
Компот из сухофруктов	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,03	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		663,94	23,38	26,62	81,34	140,56	5,17	0,28	0,34	83,33	760,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	21/2	95,00	3,40	3,70	12,00	88,55	0,26	0,04	0,10	0,42	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Сдоба обыкновенная	8/12	188,00	5,30	3,90	32,40	29,92	0,56	0,06	0,05	0,10	60,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		363,94	10,18	7,72	63,24	122,87	1,21	0,12	0,16	0,52	490,00
Всего:		1608,88	47,96	49,54	212,58	602,67	9,50	0,53	0,79	94,86	1795,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 5 день

на
3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша молочная ассорти с маслом сливочным	16/4	222,55	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	53,00	200,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Коф. напиток с молоком	14/10	149,35	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		508,90	13,90	16,00	62,60	227,91	1,70	0,10	0,30	53,59	445,00
Второй завтрак											
Груша	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из помидор с растительным маслом	5/1	63,00	1,00	4,00	5,90	28,06	0,39	0,02	0,03	22,50	50,00
Рассольник с крупой и сметаной	6/2	122,59	1,93	5,77	13,57	32,75	0,52	0,03	0,04	10,85	200,00
Котлета из мяса говядины с гречей	4/8	366,33	19,14	17,87	28,62	32,00	2,57	0,13	0,16	7,13	200,00
Компот из изюма	8/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,20	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Итого:		717,86	25,75	28,06	84,53	120,23	5,16	0,21	0,26	90,68	720,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка морковная	70/3	165,00	4,90	6,00	23,00	78,24	1,70	0,11	0,16	3,40	200,00
Чай	10/10	37,90	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	46,92	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Джем	-	65,82	0,10	0,00	14,30	2,40	0,10	0,00	0,00	0,50	20,00
Итого:		315,64	6,48	6,12	56,14	85,04	2,19	0,13	0,17	3,90	450,00
Всего:		1591,40	46,53	46,53	213,07	449,18	11,25	0,44	0,73	158,17	1715,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 6 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно-	Энерге-	Белки, г	Жиры, г	Угле-	Са, мг	Fe,	В1,м	В2,м	С, мг	Выход
Завтрак											
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	8/4	202,00	6,40	7,40	27,20	104,71	1,24	0,14	0,13	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		472,00	13,30	18,00	64,10	212,97	1,37	0,17	0,26	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Итого:		65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Обед											
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	10/1	65,00	1,00	4,00	6,50	27,79	0,35	0,02	0,02	24,26	60,00
Суп из овощей сосметаной	14/2	87,00	1,50	5,20	8,30	22,62	0,58	0,05	0,04	6,85	200,00
Макароны с маслом	43/3	188,00	5,30	3,80	32,40	12,82	0,74	0,06	0,02	0,00	150,00
Биточки (котлета) из мяса говядины паровые	14/8	166,00	11,40	11,10	5,20	8,19	1,44	0,03	0,08	0,00	80,00
Компот из кураги	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Итого:		671,94	22,88	24,52	88,84	98,84	4,79	0,19	0,19	81,27	760,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога	11/5	221,00	16,20	9,60	17,10	136,88	0,51	0,04	0,22	0,22	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Сгущ.молоко	3/11	1,42	0,76	1,86	2,13	22,40	0,05	0,01	0,03	0,10	20,00
Итого:		303,36	18,44	11,58	38,07	163,68	0,95	0,07	0,26	0,32	450,00
Всего:		1512,30	55,42	54,30	206,21	485,99	9,21	0,43	0,71	85,53	1745,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 7 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	8/4	206,00	7,20	6,60	29,30	104,78	2,72	0,17	0,18	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		522,00	15,00	17,80	75,70	118,94	3,84	0,20	0,32	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукты	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Зеленый горошек	1/1	72,00	0,92	1,12	1,93	6,23	0,70	0,03	0,02	2,94	50,00
Щи из свежей капусты со сметаной	6/2	53,00	1,50	2,50	6,00	32,75	0,52	0,03	0,04	10,85	200,00
Рыба с овощами в омлете	4/7	122,00	11,60	6,30	4,90	40,66	84,00	0,08	0,08	1,41	200,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		412,94	17,70	10,34	49,27	107,06	86,90	0,17	0,17	65,36	720,00
Уплотнённый полдник											
Картофельное пюре	3/3	203,00	3,70	5,50	22,80	58,70	1,37	0,13	0,13	10,90	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		283,90	5,18	5,62	41,64	63,10	1,76	0,15	0,14	10,90	430,00
Всего:		1267,84	38,28	34,16	176,41	305,10	94,70	0,52	0,63	87,20	1685,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 8 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	11/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		476,00	13,40	16,60	68,10	205,79	1,18	0,17	0,24	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из капусты и моркови с р.м.	5/1	76,00	2,00	5,00	5,60	14,15	83,00	0,05	0,06	4,21	60,00
Суп крестьянский с крупой со сметаной	31/2	142,00	11,10	6,00	10,70	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	200,00
Рагу из мяса кур	3/9	354,00	19,80	21,80	19,20	35,31	2,22	0,13	0,18	5,69	200,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		736,94	36,38	33,22	72,04	95,52	87,31	0,24	0,29	66,39	730,00
Уплотнённый полдник											
Суфле творожное	10/5	224,00	29,40	24,20	27,40	135,89	0,62	0,04	0,22	0,23	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Сгущ. молоко	3/11	28,30	0,76	1,86	2,13	22,40	0,05	0,01	0,03	0,10	20,00
Итого:		333,24	31,64	26,18	48,37	162,69	1,06	0,07	0,26	0,33	450,00
Всего:		1595,18	81,82	76,40	198,31	480,00	91,75	0,48	0,79	77,66	1715,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 9 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	4/4	159	4,5	5,9	22	5,3 0,	2,7	0,04	0,15	0,59	200
Хлеб с маслом, сыром	4/13	137	5	6,6	14,1	101	0,1	0	0,04	0,07	30/5/10
Какао с молоком	14/10	135	3,9	3,5	22,9	11,8	1,1	0,03	0,13	0,52	200
Итого:		431	13,4	16	59	113	3,9	0,07	0,32	1,18	445
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49	0,4	0,4	9,8	16	2,2	0	0	10	100
Обед											
Салат из помидор с растительным маслом	21/1	43	0,5	3,6	1,7	11,3	0,4	0	0	9,7	60
Свекольник со сметаной	14/2	87	1,5	5,2	8,3	22,6	0,6	0,05	0,04	6,85	200
Запеканка картофельная, фаршированная печенью	14/8	166	11,4	11,1	5,2	8,19	1,4	0,00	0,08	0	80
Компот из сухофруктов	6/10	72	0,5	0	18,3	14,5	0,3	0,01	0,02	50,2	200
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,4	0,02	0,01	0	20
Хлеб ржаной	-	48	1,7	0,3	8,4	8,8	1	0	0	0	50
Итого:		596,94	20,18	24,52	72,24	107	5,2	0,203	0,25	77,5	760
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	21/2	95	3,4	3,7	12	88,6	0,3	0,04	0,1	0,42	200
Чай	10/10	35	0	0	9,1	0,26	0	0	0	0	200
Ватрушка с творогом	5/12	212	8,5	88,1	26,2	60,4	0,7	0,06	0,12	0,12	60
Хлеб пшеничный	-	45,9	1,48	0,12	9,74	4,14	0,4	0,02	0,01	0	30
Итого:		387,9	13,38	91,92	46,04	153	1,3	0,12	1,3	0,54	485
Всего:		1534,84	48,78	133,3	202,8	598	29	0,4	60,9	80,5	1755

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 10 день

на
3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Fe, мг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша молочная ассорти с маслом сливочным	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		491,00	12,80	17,10	72,00	129,11	1,64	0,10	0,27	1,05	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Горошек зеленый	1/1	92,00	1,80	6,70	6,10	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86	50,00
Рассольник скрупой и сметаной	11/2	99,00	1,80	4,50	12,50	22,30	0,73	0,06	0,05	5,37	200,00
Биточки из филе кур	5/9	211,00	14,30	11,70	11,90	33,91	1,16	0,06	0,12	0,30	80,00
Капуста тушеная	44/3	188,00	5,30	3,80	32,40	12,82	0,74	0,06	0,02	0,00	150,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		755,94	26,88	27,12	99,34	110,23	4,88	0,26	0,27	59,69	750,00
Уплотнённый полдник											
Омлет паровой	2/6	328,00	19,52	26,30	3,48	138,00	3,36	0,10	0,60	0,28	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		408,90	21,00	26,42	22,32	142,40	3,75	0,12	0,61	0,28	430,00
Всего:		1704,84	61,08	71,04	203,46	397,74	12,47	0,48	1,15	71,02	1715,00

Стоимость детодня

на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 11 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	15/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		522,00	14,30	17,20	77,60	111,69	2,17	0,17	0,25	0,94	435,00
Второй завтрак											
Сок фруктовый	-	65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Итого:		65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Обед											
Салат овощной с растительным маслом	16/1	63,00	1,00	4,00	5,90	28,06	0,39	0,02	0,03	22,54	60,00
Борщ со сметаной	2/2	87,00	1,70	4,30	10,30	33,48	0,75	0,04	0,04	8,65	200,00
Тефтели из мяса говядины	20/8	163,00	11,40	9,70	7,50	30,51	1,61	0,05	0,09	1,08	80,00
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	44/3	217,00	7,46	5,92	32,77	20,64	3,68	0,20	0,11	0,78	150,00
Компот из с/ф	6/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		694,94	25,04	24,34	93,01	133,07	7,97	0,33	0,29	83,13	760,00
Уплотнённый полдник											
Сырники из творога	6/5	237,00	17,10	9,50	20,30	135,92	0,59	0,05	0,21	0,18	200,00
Сгущёное молоко		28,00	0,76	1,86	2,13	22,40	0,05	0,01	0,03	0,10	15,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		345,90	19,34	11,48	41,27	162,72	1,03	0,08	0,25	0,28	445,00
Всего:		1627,84	59,48	53,22	227,08	417,98	13,27	0,58	0,79	87,35	1740,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 12 день

на
3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая карта	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшениная молочная с маслом	8/4	202,00	6,40	7,40	27,20	104,71	1,24	0,14	0,13	0,42	200,00
Хлеб с маслом,сыром	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Кофейный напиток на м	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		428,00	14,40	16,90	54,70	311,77	1,43	0,17	0,29	1,01	445,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из моркови с р.маслом	20/1	64,00	0,80	5,00	4,10	19,25	0,73	0,01	0,02	1,16	50,00
Суп картофельный со сметаной	18/2	63,00	1,70	1,10	11,40	8,49	0,42	0,04	0,02	2,36	200,00
Котлета из говуши	9/7	84,00	11,00	1,60	6,40	47,31	0,62	0,07	0,11	0,51	80,00
Картофельное пюре	4/3	118,00	2,80	4,30	17,10	44,03	1,03	0,10	0,10	8,20	120,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		494,94	19,98	12,42	75,44	146,50	4,48	0,25	0,28	62,39	720,00
Уплотнённый полдник											
	9/7	84,00	11,00	1,60	6,40	47,31	0,62	0,07	0,11	0,51	80,00
Макароны отварные с маслом	43/3	188,00	5,30	3,80	32,40	12,80	0,74	0,06	0,02	0,86	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		352,90	17,78	5,52	57,64	64,51	1,75	0,15	0,14	1,37	510,00
Всего:		1324,84	52,56	35,24	197,58	538,78	9,86	0,57	0,71	74,77	1775,00

Стоимость детодня — на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 13 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая карта	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Fe, мг	В1, мг	В2, мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша ассорти с маслом сливочным	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		445,00	11,90	16,50	62,50	223,21	0,65	0,10	0,26	1,05	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из огурцов с р.м.	1/1	72,00	3,10	3,70	6,40	20,78	0,70	0,11	0,05	9,80	30,00
Щи из свежей капусты со сметаной	6/2	76,00	1,50	2,50	6,00	32,75	0,52	0,03	0,04	10,85	200,00
Картофельное пюре	3/3	135,00	3,10	4,20	20,60	37,12	1,09	0,12	0,10	10,74	120,00
Суфле из печени	35/8	203,00	18,00	13,60	2,20	37,41	4,62	0,12	1,01	3,53	80,00
Компот из чернослива	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		651,94	29,38	24,42	71,64	155,48	8,61	0,41	1,23	85,08	700,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога	9/5	225,00	16,80	10,10	16,20	139,25	0,58	0,04	0,22	0,19	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		305,90	18,28	10,22	35,04	143,65	0,97	0,06	0,23	0,19	430,00
Всего:		1451,84	59,96	51,54	178,98	538,34	12,43	0,57	1,72	96,32	1665,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бригвина

Меню-раскладка 14 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша манная молочная с маслом сливочным	5/4	178,00	5,30	5,10	27,50	93,50	0,39	0,06	0,11	0,42	200,00
Хлеб с маслом и сыром	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		494,00	13,10	16,30	73,90	107,66	1,51	0,09	0,25	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из вар.свеклы с р.маслом	32/1	64,00	0,70	4,00	6,60	14,38	0,38	0,03	0,04	2,65	60,00
Суп гороховый со сметаной	11/2	96,00	5,20	1,80	14,40	32,67	1,59	0,15	0,04	0,48	200,00
Плов из мяса кур	3/9	460,00	23,90	21,80	41,20	28,95	2,33	0,10	0,17	1,85	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Итого:		785,94	33,48	28,02	98,64	103,42	5,98	0,31	0,28	55,14	730,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	22/2	108,00	3,50	4,20	14,20	108,54	0,21	0,04	0,13	0,52	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Ватрушка со джемом	6/12	223,00	5,60	8,40	30,70	40,07	0,60	0,07	0,07	0,10	60,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		411,90	10,58	12,72	63,74	153,01	1,20	0,13	0,21	0,62	490,00
Всего:		1740,84	57,56	57,44	246,08	380,09	10,89	0,53	0,74	66,70	1755,00

Стоимость детодня руб на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 15 день
на
3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая карта	Энергетическая ценность ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Fe, мг	B1, мг	B2, мг	C, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша гречневая с маслом сливочным	14/4	159,00	4,50	5,90	22,00	125,33	0,31	0,04	0,15	0,59	200,00
Хлеб с маслом	1/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		385,00	12,50	15,40	49,50	332,39	0,50	0,07	0,31	1,18	445,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из капусты с р.м.	15/1	61,00	0,70	4,90	35,00	17,92	0,65	0,01	0,02	1,43	6,00
Рассольник с крупой и сметаной	11/2	99,00	1,80	4,50	12,50	22,30	0,73	0,06	0,05	5,37	200,00
Котлета из филе кур	5/9	421,00	20,30	18,40	42,50	32,80	1,59	0,03	0,08	0,00	200,00
Картофельное пюре	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Компот из с/ф	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб ржаной	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Хлеб пшеничный	-	746,94	26,48	28,22	126,44	100,44	4,65	0,13	0,18	56,96	676,00
Итого:											
Уплотнённый полдник											
Пюре из гороха с маслом	70/3	204,00	9,50	3,17	20,50	74,84	1,16	0,08	0,06	26,98	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		284,90	10,98	3,29	39,34	79,24	1,55	0,10	0,07	26,98	430,00
Всего:		1465,84	50,36	47,31	225,08	528,07	8,90	0,30	0,56	95,12	1651,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 4 неделя 16 день

на _____

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	14/4	195,00	6,00	5,30	30,70	116,18	0,73	0,10	0,13	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		511,00	13,80	16,50	77,10	130,34	1,85	0,13	0,27	0,94	435,00
Второй завтрак											
Сок фруктовый	-	65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Итого:		65,00	0,80	0,20	15,20	10,50	2,10	0,00	0,00	3,00	100,00
Обед											
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	14/1	60,00	0,40	5,90	1,40	13,66	0,34	0,02	0,02	5,47	60,00
Суп крестьянский с крупой со сметаной	31/2	88,00	1,80	4,40	10,10	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	200,00
Мясо говядины, тушеное с овощами	3/8	285,00	15,70	15,70	19,80	26,07	2,77	0,14	0,15	10,68	200,00
Компот из сухофруктов	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		598,94	21,58	26,42	67,74	92,83	5,34	0,23	0,23	72,72	730,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога с рисом	14/5	224,00	14,50	9,90	18,80	115,90	0,58	0,03	0,19	0,15	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		304,90	15,98	10,02	37,64	120,30	0,97	0,05	0,20	0,15	430,00
Всего:		1479,84	52,16	53,14	197,68	353,97	10,26	0,41	0,70	76,81	1695,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 17 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно-логическая	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	11/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	200,00
Хлеб с маслом,сыром	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		432,00	14,50	15,50	58,70	304,59	1,24	0,17	0,27	1,01	445,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат овощной с р.м.	20/1	92,00	1,80	6,70	6,10	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86	50,00
Рассольник со сметаной	10/2	93,00	1,80	4,40	11,00	25,57	0,75	0,06	0,05	8,41	200,00
Тефтели из горбуши	8/9	251,00	15,80	18,20	3,60	97,28	0,69	0,08	0,14	0,86	120,00
Рис отварной с маслом	45/3	148,00	11,80	11,20	0,10	13,36	1,00	0,04	0,08	0,56	80,00
Компот из с/ф	6/10	85,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		762,94	34,88	40,92	57,24	177,41	4,69	0,26	0,35	63,85	720,00
Уплотнённый полдник											
Лапшевник	7н121	188,00	5,30	3,80	32,40	12,80	0,74	0,06	0,02	0,86	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		268,90	6,78	3,92	51,24	17,20	1,13	0,08	0,03	0,86	420,00
Всего:		1512,84	56,56	60,74	176,98	515,20	9,26	0,51	0,65	75,72	1685,00

Стоимость детодня

руб на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 18 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность , ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	2/4	206,00	7,20	6,60	29,30	104,78	2,72	0,17	0,18	0,42	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		522,00	15,00	17,80	75,70	118,94	3,84	0,20	0,32	0,94	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из помидор с растительным маслом	3/1	65,00	1,00	4,00	6,50	27,79	0,35	0,02	0,02	24,26	60,00
Суп из овощей со сметаной	14/2	187,00	1,50	5,20	8,30	22,62	0,58	0,05	0,04	6,85	200,00
Суфле из мяса кур паровое	8/9	166,00	11,40	11,10	5,20	8,19	1,44	0,03	0,08	0,00	80,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		483,94	17,58	20,72	56,44	86,02	4,05	0,13	0,17	81,27	610,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога (вариант 2) Сгуш.молоко	10/5	225,00	16,80	10,10	16,20	139,25	0,58	0,04	0,22	0,19	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		305,90	18,28	10,22	35,04	143,65	0,97	0,06	0,23	0,19	430,00
Всего:		1360,84	51,26	49,14	176,98	364,61	11,06	0,39	0,72	71,00	1575,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 19 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,м г	В2,м г	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша пшеничная молочная с маслом	15/4	248,00	6,00	5,80	42,40	112,69	0,56	0,06	0,14	0,52	200,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	30/5
Кофейный напиток на мо	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	200,00
Итого:		518,00	12,90	16,40	79,30	220,95	0,69	0,09	0,27	1,04	435,00
Второй завтрак											
Фрукт	-	49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из свежих огурцов с раст.маслом	31/1	73,00	0,80	5,90	4,40	18,18	0,63	0,02	0,03	4,51	50,00
Суп картофельный вегетарианский со сметаной	13/2	95,00	1,30	2,60	8,90	16,46	0,55	0,05	0,04	4,57	200,00
Голубцы из филе кур	8/9	282,00	15,10	13,80	16,40	32,00	2,57	0,13	0,16	7,13	200,00
Компот из чернослива	6/10	95,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	200,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		638,94	20,68	22,72	66,24	87,02	5,29	0,22	0,25	66,29	720,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с крупой	2/6	231,00	3,40	3,70	12,00	88,55	0,26	0,04	0,10	0,42	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Сдоба обыкновенная с джемом	8/12	107,00	2,10	1,70	21,20	1,93	0,44	0,02	0,02	0,06	60,00
Итого:		373,00	5,50	5,40	42,30	90,74	0,73	0,06	0,12	0,48	460,00
Всего:		1578,94	39,48	44,92	197,64	414,71	8,91	0,37	0,64	77,81	1715,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 20 день

на

3-7 лет

Блюдо	Техни- о- логи- ческа я	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	B1,м г	B2,м г	C, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша молочная ассорти (рис,пшено) с	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	200,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	30/5/10
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	200,00
Итого:		447,00	13,90	16,00	62,60	227,91	1,70	0,10	0,30	1,12	445,00
Второй завтрак											
Фрукт		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Итого:		49,00	0,40	0,40	9,80	16,00	2,20	0,00	0,00	10,00	100,00
Обед											
Салат из помидор с раст.маслом	25/1	94,00	0,80	4,90	12,20	14,80	0,60	0,01	0,01	0,88	50,00
Свекольник со сметаной	5/2	93,00	1,70	4,40	11,70	31,70	1,10	0,05	0,05	5,45	200,00
Рагу из отварного мяса говядины	14/8	252,00	15,10	13,80	16,40	37,01	1,14	0,03	0,06	2,17	200,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	200,00
Хлеб ржаной		48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Хлеб пшеничный		45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		603,94	21,08	23,52	76,84	103,89	4,38	0,11	0,14	58,58	720,00
Уплотнённый полдник											
Омлет паровой	21/2	328,00	19,52	26,30	3,48	68,95	1,68	0,05	0,30	0,14	200,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	200,00
Хлеб витаминный	17/12	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	30,00
Итого:		408,90	21,00	26,42	22,32	73,35	2,07	0,07	0,31	0,14	430,00
Всего:		1508,84	56,38	66,34	171,56	421,15	10,35	0,28	0,75	69,84	1695,00

Стоимость детодня _____ на одного ребенка