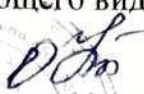


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию воспитанников №116

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 1-3 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 17:43:13 +05'00'

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 1 день

на

1-3 года

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	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	180,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	20,00
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	150,00
Итого:		454,00	12,30	13,40	70,50	115,26	2,29	0,19	0,24	0,94	355,00
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 р.маслом	10/1	64,00	0,70	4,00	6,60	14,38	0,38	0,03	0,04	2,65	40,00
Суп-пюре гороховый	29/2	96,00	5,20	1,80	14,40	32,67	1,59	0,15	0,04	0,48	150,00
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	150,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	5,16	150,00
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	40,00
Итого:		704,94	28,78	23,82	92,44	111,01	7,64	0,45	0,39	26,29	550,00
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	150,00
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	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		353,94	19,38	11,52	43,34	189,75	0,97	0,06	0,33	0,39	335,00
Всего:		1577,88	61,26	48,94	221,48	426,52	13,00	0,70	0,96	30,62	1340,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 2 день

на

1--3 года

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 пшеничная молочная с маслом	15/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	180,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	20,00
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	150,00
Итого:		436,00	12,60	13,70	64,70	213,39	1,96	0,27	0,23	0,94	355,00
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 отварного картофеля и сол.огурца с р.маслом	31/1	64,00	0,90	4,10	5,80	12,65	0,46	0,04	0,02	2,89	40,00
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	150,00
Суфле из рыбы	14/7	354,00	19,80	21,80	19,20	35,30	1,36	13,00	0,18	5,69	150,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		670,94	25,98	30,72	71,64	86,21	2,91	13,10	0,25	65,07	550,00
Уплотнённый полдник											
Макароны отварные	43/3	178,00	23,60	6,80	5,20	47,73	0,65	0,04	0,10	0,14	150,00
Чай с сахаром	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		258,94	25,08	6,92	24,04	52,13	1,04	0,06	0,11	0,14	320,00
Всего:		1414,88	64,06	51,74	170,18	367,73	8,11	13,43	0,59	76,15	1325,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 3 день

на

1-3 года

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 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	180,00
Батон	-	108,00	3,10	1,20	20,00	8,80	0,80	0,10	0,00	0,00	20,00
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	150,00
Итого:		482,00	13,50	14,30	74,20	119,29	2,95	0,27	0,24	0,94	355,00
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 отварной свеклы с р.маслом	20/1	64,00	0,80	5,00	4,10	19,25	0,73	0,01	0,02	1,16	40,00
Суп вегетарианский со сметаной		65,00	1,30	2,60	8,90	16,46	0,55	0,05	0,04	4,57	150,00
Плов из мяса куры		436,00	18,50	20,60	43,20	26,64	2,73	0,09	0,13	1,20	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	150,00
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	40,00
Итого:		730,94	24,28	28,62	92,64	89,77	5,69	0,18	0,22	57,09	550,00
Уплотнённый полдник											
Суфле творожное		224,00	14,70	12,10	13,70	135,89	0,62	0,04	0,22	0,23	150,00
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	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		352,94	17,28	13,52	40,84	186,39	1,01	0,06	0,33	0,43	335,00
Всего:		1614,88	55,46	56,84	217,48	411,45	11,85	0,51	0,79	68,46	1340,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 4 день

на
1-3 года

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 ячневая молочная с маслом	11/5	195,00	6,00	5,30	30,70	116,18	0,73	0,10	0,13	0,42	180,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	200,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		532,00	14,00	14,80	58,20	323,24	0,92	0,13	0,29	1,01	365,00
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	1/1	72,00	3,10	3,70	6,40	20,78	0,70	0,11	0,05	9,80	40,00
Борщ со сметаной	2/2	87,00	1,70	4,30	10,30	33,48	0,75	0,04	0,04	8,65	150,00
Биточки из филе кур	5/9	211,00	14,30	11,70	11,90	33,91	1,16	0,06	0,12	0,30	60,00
Картофельное пюре	3/3	135,00	3,10	4,20	20,60	37,12	1,09	0,12	0,10	10,74	110,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,03	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		670,94	25,88	24,32	85,64	152,71	5,38	0,36	0,37	79,65	570,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	14/2	95,00	3,40	3,70	12,00	88,55	0,26	0,04	0,10	0,42	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
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	20,00
Итого:		363,94	10,18	7,72	63,24	122,87	1,21	0,12	0,16	0,52	380,00
Всего:		1615,88	50,46	47,24	216,88	614,82	9,71	0,61	0,82	91,18	1415,00

Стоимость детодня руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 5 день

на

1-3 года

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	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	180,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5/10
Коф.напиток на молоке	14/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		401,00	13,00	15,40	53,10	322,01	0,71	0,10	0,29	1,12	365,00
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 р.маслом	5/1	94,00	0,80	4,90	12,20	14,80	0,57	0,01	0,01	0,88	40,00
Рассольник с крупой и сметаной	6/2	65,00	1,30	2,60	8,90	16,46	0,55	0,05	0,04	4,57	150,00
Котлета из мяса говядины с гречей	14/8	252,00	15,10	13,80	16,40	32,00	2,57	0,13	0,16	7,13	150,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,20	150,00
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	40,00
Итого:		576,94	20,88	21,72	73,94	90,68	5,37	0,22	0,24	62,78	550,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка морковная	70/3	165,00	4,90	6,00	23,00	78,24	1,70	0,11	0,16	3,40	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Джем	-	56,00	0,10	0,00	14,30	2,40	0,10	0,00	0,00	0,50	10,00
Итого:		301,94	6,48	6,12	56,14	85,04	2,19	0,13	0,17	3,90	330,00
Всего:		1328,88	40,76	40,76	192,98	513,73	10,47	0,45	0,70	77,80	1345,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 6 день

на

1-3 года

Блюдо	Техно-	Энерге-	Белки, г	Жиры,	Угле-	Са, мг	Fe,	В1,м	В2,м	С, мг	Выход
Завтрак											
Каша геркулесовая молочная с маслом	2/4	202,00	6,40	7,40	27,20	104,71	1,24	0,14	0,13	0,42	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		472,00	13,30	18,00	64,10	212,97	1,37	0,17	0,26	0,94	355,00
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 свеклы с р.маслом	10/1	64,00	0,70	4,00	6,60	14,38	0,38	0,03	0,04	2,65	40,00
Суп из овощей со сметаной	14/2	87,00	1,50	5,20	8,30	22,62	0,58	0,05	0,04	6,85	150,00
Макаронь отварные с маслом	43/3	188,00	5,30	3,80	32,40	12,82	0,74	0,06	0,02	0,00	110,00
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	60,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	150,00
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	40,00
Итого:		670,94	22,58	24,52	88,94	85,43	4,82	0,20	0,21	59,66	570,00
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	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Сгущ.молоко	3/11	1,42	0,76	1,86	2,13	22,40	0,05	0,01	0,03	0,10	15,00
Итого:		303,36	18,44	11,58	38,07	163,68	0,95	0,07	0,26	0,32	335,00
Всего:		1511,30	55,12	54,30	206,31	472,58	9,24	0,44	0,73	63,92	1360,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 7 день

на

1-3 лет

Блюдо	Техно- логи- ческа я 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 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	180,00
Хлеб с маслом,сыром	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	150,00
Итого:		522,00	15,00	17,80	75,70	118,94	3,84	0,20	0,32	0,94	355,00
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	10/1	72,00	0,92	1,12	1,93	6,23	0,70	0,03	0,02	2,94	30,00
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	150,00
Рыба в омлете	14/7	460,00	23,90	21,80	41,20	28,95	2,33	0,10	0,17	1,85	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		750,94	30,00	25,84	85,57	95,35	5,23	0,19	0,26	65,80	540,00
Уплотнённый полдник											
Картофельное пюре	3/3	203,00	19,30	10,50	8,16	67,70	1,40	0,12	0,12	2,34	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		283,90	20,78	10,62	27,00	72,10	1,79	0,14	0,13	2,34	320,00
Всего:		1605,84	66,18	54,66	198,07	302,39	13,06	0,53	0,71	79,08	1315,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 8 день

на

1-3 лет

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическая ценност ь, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Са, мг	Fe, мг	B1,мг	B2,мг	C, 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	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		476,00	13,40	16,60	68,10	205,79	1,18	0,17	0,24	0,94	355,00
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											
Салат из капусты и моркови с р.маслом	5/1	64,00	0,90	4,10	5,80	12,65	0,46	0,04	0,02	2,89	40,00
Суп крестьянский со сметаной	31/2	88,00	1,80	4,40	10,10	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	150,00
Рагу из мяса кур	4/9	145,00	8,20	9,00	7,70	37,99	1,18	0,03	0,06	2,13	150,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		461,94	14,38	17,92	60,14	96,70	3,73	0,13	0,13	61,51	550,00
Уплотнённый полдник											
Суфле творожное	19/5	224,00	29,40	24,20	27,40	135,89	0,62	0,04	0,22	0,23	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Сгущ.молоко	3/11	28,30	0,76	1,86	2,13	22,40	0,05	0,01	0,03	0,10	15,00
Итого:		333,24	31,64	26,18	48,37	162,69	1,06	0,07	0,26	0,33	335,00
Всего:		1320,18	59,82	61,10	186,41	481,18	8,17	0,37	0,63	72,78	1340,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 9 день

на

1-3 лет

Блюдо	Техно-логическая	Энергетическая	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Са, мг	Fe, мг	В1,мг	В2,мг	С, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	4/4	159	4,5	5,9	22	25,3	0,27	0,04	0,15	0,59	180
Батон с маслом	4/13	137	5	6,6	14,1	101	0,1	0	0,04	0,07	20/5/10
Какао с молоком	14/10	135	3,9	3,5	22,9	11,8	1,1	0,03	0,13	0,52	150
Итого:		431	13,4	16	59	113	3,9	0,07	0,32	1,18	365
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	0,4	0,4	9,8	16	2,2	0	0	10	100
Обед											
Салат из помидор с раст.маслом	21/1	94	0,8	4,9	12,2	14,8	0,6	0,01	0,01	0,88	40
Свекольник со сметаной	14/2	87	1,5	5,2	8,3	22,6	0,6	0,05	0,04	6,85	150
Запеканка картофельная с печенью	14/8	253	13,2	10,1	26,7	28,1	2,9	0,18	0,18	13,6	150
Компот из с/ф	6/10	72	0,5	0	18,3	14,5	0,3	0,01	0,02	50,2	150
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	40
Итого:		599,9	19,18	20,62	83,64	92,9	5,7	0,27	0,26	71,5	550
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	21/2	95	3,4	3,7	12	88,6	0,3	0,04	0,1	0,42	150
Чай	10/10	35	0	0	9,1	0,26	0	0	0	0	150
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	20
Итого:		387,9	13,38	91,92	46,04	153	1,3	0,12	1,3	0,54	380
Всего:		1535	48,78	133,27	202,75	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

1-3 года

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 молочная ассорти (рис, пшено) с маслом	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	150,00
Итого:		491,00	12,80	17,10	72,00	129,11	1,64	0,10	0,27	1,05	355,00
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											
Салат из огурцов с р.м.	1/1	92,00	1,80	6,70	6,10	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86	40,00
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	150,00
Биточки из филе кури. Капуста тушенная	38/8	166,00	11,40	11,10	5,20	8,19	1,44	0,03	0,08	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		710,94	23,98	26,52	92,64	84,51	5,16	0,23	0,23	59,39	660,00
Уплотнённый полдник											
Омлет запеченный или паровой	2/6	328,00	19,52	26,30	3,48	138,00	3,36	0,10	0,60	0,28	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		408,90	21,00	26,42	22,32	142,40	3,75	0,12	0,61	0,28	320,00
Всего:		1659,84	58,18	70,44	196,76	372,02	12,75	0,45	1,11	70,72	1435,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 11 день

на
1-3 года

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 сливочным	15/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		476,00	13,40	16,60	68,10	205,79	1,18	0,17	0,24	0,94	355,00
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 раст.маслом	5/1	63,00	1,00	4,00	5,90	28,06	0,39	0,02	0,03	22,54	40,00
Борщ со сметаной	2/2	87,00	1,70	4,30	10,30	33,48	0,75	0,04	0,04	8,65	150,00
Тефтели из мяса говядины	20/8	163,00	11,40	9,70	7,50	30,51	1,61	0,05	0,09	1,08	60,00
Греча с маслом	44/3	217,00	7,46	5,92	32,77	20,64	3,68	0,20	0,11	0,78	110,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
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	570,00
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	150,00
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	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		345,90	19,34	11,48	41,27	162,72	1,03	0,08	0,25	0,28	335,00
Всего:		1581,84	58,58	52,62	217,58	512,08	12,28	0,58	0,78	87,35	1360,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 12 день

на
1-3 года

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 пшенная молочная с маслом	8/4	202,00	6,40	7,40	27,20	104,71	1,24	0,14	0,13	0,42	180,00
Хлеб с маслом,сыром	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5/10
Кофейный напиток на м	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		428,00	14,40	16,90	54,70	311,77	1,43	0,17	0,29	1,01	365,00
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 раст.маслом	20/1	64,00	0,80	5,00	4,10	19,25	0,73	0,01	0,02	1,16	40,00
Суп картофельный со сметаной	18/2	63,00	1,70	1,10	11,40	8,49	0,42	0,04	0,02	2,36	150,00
Котлета из горбуши	9/7	175,00	12,20	13,10	2,10	13,96	1,03	0,04	0,09	0,58	60,00
Картофельное пюре	4/3	223,00	6,60	5,70	36,00	121,05	0,83	0,07	0,14	0,50	100,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		690,94	24,98	25,32	90,04	190,17	4,69	0,19	0,30	54,76	560,00
Уплотнённый полдник											
		84,00	11,00	1,60	6,40	47,31	0,62	0,07	0,11	0,51	60,00
Макароны с маслом	43/3	118,00	2,80	4,30	17,10	44,03	1,03	0,10	0,10	8,20	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		282,90	15,28	6,02	42,34	95,74	2,04	0,19	0,22	8,71	380,00
Всего:		1450,84	55,06	48,64	196,88	613,68	10,36	0,55	0,81	74,48	1405,00

Стоимость детодня руб. руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 13 день

на

1 - 3 года

Блюдо	Техно-логическая карта	Энергетическая 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 ассорти молочная с маслом	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Кофейный напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		445,00	11,90	16,50	62,50	223,21	0,65	0,10	0,26	1,05	355,00
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	20,00
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	150,00
Суфле из печени	35/8	123,00	16,10	5,50	2,20	36,84	4,62	0,12	1,01	3,53	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		413,94	24,38	12,12	51,04	117,79	7,52	0,29	1,13	74,34	530,00
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	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		305,90	18,28	10,22	35,04	143,65	0,97	0,06	0,23	0,19	320,00
Всего:		1213,84	54,96	39,24	158,38	500,65	11,34	0,45	1,62	85,58	1305,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 14 день

на
1-3 года

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	15/4	178,00	5,30	5,10	27,50	93,50	0,39	0,06	0,11	0,42	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	100,00
Итого:		494,00	13,10	16,30	73,90	107,66	1,51	0,09	0,25	0,94	355,00
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 раст.маслом	32/1	64,00	0,70	4,00	6,60	14,38	0,38	0,03	0,04	2,65	40,00
Суп гороховый со сметаной	11/2	99,00	1,80	4,50	12,50	22,30	0,73	0,06	0,05	5,37	150,00
Плов из мяса кур	3/9	460,00	23,90	21,80	41,20	28,95	2,33	0,10	0,17	1,85	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
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	150,00
Итого:		788,94	30,08	30,72	96,74	93,05	5,12	0,22	0,29	60,03	550,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	43/3	108,00	3,50	4,20	14,20	108,54	0,21	0,04	0,13	0,52	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Ватрушка с 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	20,00
Итого:		411,90	10,58	12,72	63,74	153,01	1,20	0,13	0,21	0,62	380,00
Всего:		1743,84	54,16	60,14	244,18	369,72	10,03	0,44	0,75	71,59	1385,00

Стоимость детодня

_____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 15 день

на

1-3 года

Блюдо	Техно- логи- ческая карта	Энерге- тическа я 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 гречневая молочная с маслом сливочным	4/4	159,00	4,50	5,90	22,00	125,33	0,31	0,04	0,15	0,59	180,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5/10
Кофейный напиток на моло	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		385,00	12,50	15,40	49,50	332,39	0,50	0,07	0,31	1,18	365,00
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.	3/1	61,00	0,70	4,90	35,00	17,92	0,65	0,01	0,02	1,43	40,00
Рассольник с крупой и смет	11/2	96,00	5,20	1,80	14,40	32,67	1,59	0,15	0,04	0,48	150,00
Котлета из филе кур.											
Картофель отварной	6/8	421,00	20,30	18,40	42,50	32,80	1,59	0,03	0,08	0,00	160,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		743,94	29,88	25,52	128,34	110,81	5,51	0,22	0,17	52,07	560,00
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	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		284,90	10,98	3,29	39,34	79,24	1,55	0,10	0,07	26,98	320,00
Всего:		1462,84	53,76	44,61	226,98	538,44	9,76	0,39	0,55	90,23	1345,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 16 день

на

1-3 года

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 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	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	150,00
Итого:		511,00	13,80	16,50	77,10	130,34	1,85	0,13	0,27	0,94	355,00
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 свежих огурцов с раст.маслом	21/1	73,00	0,80	5,90	4,40	18,18	0,63	0,02	0,03	4,51	40,00
Суп крестьянский со сметаной	31/2	88,00	1,80	4,40	10,10	25,68	0,55	0,04	0,03	6,41	150,00
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	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		611,94	21,98	26,42	70,74	97,35	5,63	0,23	0,24	71,76	550,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка из творога	14/5	224,00	14,50	9,90	18,80	115,90	0,58	0,03	0,19	0,15	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		304,90	15,98	10,02	37,64	120,30	0,97	0,05	0,20	0,15	320,00
Всего:		1492,84	52,56	53,14	200,68	358,49	10,55	0,41	0,71	75,85	1325,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 116
О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 17 день
на
1-3 года

Блюдо	Техно- логи- ческ ая	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 сливочным	11/4	206,00	6,50	6,00	31,20	97,53	1,05	0,14	0,11	0,42	180,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5/10
Кофейный напиток на мол	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		432,00	14,50	15,50	58,70	304,59	1,24	0,17	0,27	1,01	365,00
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 раст.маслом	32/1	92,00	1,80	6,70	6,10	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86	40,00
Рассольник со сметаной	10/2	93,00	1,80	4,40	11,00	25,57	0,75	0,06	0,05	8,41	150,00
Тефтели из горбуши	8/9	251,00	15,80	18,20	3,60	97,28	0,69	0,08	0,14	0,86	60,00
Рис отварной с маслом	45/3	131,00	11,90	4,20	11,20	97,28	0,69	0,08	0,14	0,86	100,00
Компот из с/ф	6/10	72,00	0,50	0,00	18,30	14,48	0,32	0,01	0,02	50,16	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		732,94	34,98	33,92	68,34	261,33	4,38	0,30	0,41	64,15	560,00
Уплотнённый полдник											
Лапшевник	43/3	141,00	4,00	2,90	24,30	9,60	0,56	0,04	0,02	0,65	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		221,90	5,48	3,02	43,14	14,00	0,95	0,06	0,03	0,65	340,00
Всего:		1435,84	55,36	52,84	179,98	595,92	8,77	0,53	0,71	75,81	1365,00

Стоимость детодня руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 18 день

на

1-3 года

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 гречневая молочная с маслом	2/4	206,00	7,20	6,60	29,30	104,78	2,72	0,17	0,18	0,42	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	150,00
Итого:		522,00	15,00	17,80	75,70	118,94	3,84	0,20	0,32	0,94	355,00
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	32/1	64,00	0,90	4,10	5,80	12,65	0,46	0,04	0,02	2,89	40,00
Суп из овощей со сметаной	14/2	87,00	1,50	5,20	8,30	22,62	0,58	0,05	0,04	6,85	150,00
Суфле из мяса кур	12/7	301,50	29,60	34,10	6,80	110,50	2,60	0,01	0,03	0,08	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		618,44	35,68	43,82	57,34	173,19	5,32	0,13	0,12	59,98	550,00
Уплотнённый полдник											
Запеканка творожная со сгуш.молоком	10/5	225,00	16,80	10,10	16,20	139,25	0,58	0,04	0,22	0,19	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб пшеничный	-	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		305,90	18,28	10,22	35,04	143,65	0,97	0,06	0,23	0,19	320,00
Всего:		1495,34	69,36	72,24	177,88	451,78	12,33	0,39	0,67	71,00	1325,00

Стоимость детодня _____руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 19 день

на

1-3 года

Блюдо	Техн о- логи- ческа я	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	7/4	248,00	6,00	5,80	42,40	112,69	0,56	0,06	0,14	0,52	180,00
Хлеб с маслом	1/13	181,00	3,90	7,70	23,50	2,40	0,02	0,00	0,01	0,00	20/5
Коф. напиток на молоке	13/10	89,00	3,00	2,90	13,40	105,86	0,11	0,03	0,12	0,52	150,00
Итого:		518,00	12,90	16,40	79,30	220,95	0,69	0,09	0,27	1,04	355,00
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.масло	29/1	73,00	0,80	5,90	4,40	18,18	0,63	0,02	0,03	4,51	40,00
Суп картофельный со сметаной	13/2	65,00	1,30	2,60	8,90	16,46	0,55	0,05	0,04	4,57	150,00
Голубцы из филе кур	8/9	252,00	15,10	13,80	16,40	32,00	2,57	0,13	0,16	7,13	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	150,00
Хлеб ржаной	-	48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный	-	45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		554,94	20,68	22,72	66,24	87,02	5,29	0,22	0,25	66,29	550,00
Уплотнённый полдник											
Суп молочный с лапшой	2/6	95,00	3,40	3,70	12,00	88,55	0,26	0,04	0,10	0,42	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Сдоба обыкновенная		107,00	2,10	1,70	21,20	1,93	0,44	0,02	0,02	0,06	60,00
Итого:		237,00	5,50	5,40	42,30	90,74	0,73	0,06	0,12	0,48	360,00
Всего:		1358,94	39,48	44,92	197,64	414,71	8,91	0,37	0,64	77,81	1365,00

Стоимость детодня _____ руб. на одного ребенка

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 116

О.Н.Бритвина

Меню-раскладка 20 день

на

1 -3 года

Блюдо	Техно-логическая	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Са, мг	Fe, мг	B1,мг	B2,мг	C, мг	Выход блюда, г
Завтрак											
Каша молочная ассорти с маслом	16/4	175,00	5,00	5,90	25,60	114,95	0,52	0,07	0,13	0,53	180,00
Хлеб с маслом	4/13	137,00	5,00	6,60	14,10	101,20	0,08	0,00	0,04	0,07	20/5/10
Какао с молоком	14/10	135,00	3,90	3,50	22,90	11,76	1,10	0,03	0,13	0,52	150,00
Итого:		447,00	13,90	16,00	62,60	227,91	1,70	0,10	0,30	1,12	365,00
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 р	25/1	92,00	1,80	6,70	6,10	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86	40,00
Свекольник со сметаной	5/2	70,10	1,30	3,30	8,78	23,81	0,80	0,04	0,04	4,09	150,00
Рагу из отварного мяса говядины	31/8	138,00	8,10	8,40	7,10	37,01	1,14	0,03	0,06	2,17	150,00
Компот из с/ф	4/10	71,00	0,30	0,00	18,40	7,44	0,18	0,00	0,01	50,08	150,00
Хлеб ржаной		48,00	1,70	0,30	8,40	8,80	1,00	0,00	0,00	0,00	40,00
Хлеб пшеничный		45,94	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		465,04	14,68	18,82	58,52	94,98	4,05	0,14	0,17	60,20	550,00
Уплотнённый полдник											
Омлет паровой	21/2	328,00	19,52	26,30	3,48	68,95	1,68	0,05	0,30	0,14	150,00
Чай	10/10	35,00	0,00	0,00	9,10	0,26	0,03	0,00	0,00	0,00	150,00
Хлеб витаминный	17/12	45,90	1,48	0,12	9,74	4,14	0,36	0,02	0,01	0,00	20,00
Итого:		408,90	21,00	26,42	22,32	73,35	2,07	0,07	0,31	0,14	320,00
Всего:		1369,94	49,98	61,64	153,24	412,24	10,02	0,31	0,78	71,46	1335,00

Стоимость детодня

руб. на одного ребенка