



Утверждено
А.Н.Белякова

Меню

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
4.Н - День 1							
Завтрак							
8.30 время	Макароны отварные с сыром	120	6	4,9	24,1	163,5	№186/237
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№105/136
	Вафли	30	1	8,8	18,8	153,2	№185/236
ИТОГО:		300	7,04	13,71	49,89	344,7	0,02
2-й завтрак							
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	№131/169
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0
Обед							
11.30 -12.20	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	35	№62/74
Время	Гуляш из отварного мяса (кури)	120	15,42	12,41	3,96	189	№87/114
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	140	№93/120
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	№109/140
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2	
ИТОГО:		550	20,57	19,4	64,7	501,4	12,96
Полдник							
уплотнённый							
16.10 -16.30	Салат из зелёного горошка	50	1,49	2,59	3,16	41,8	№40/41
время	Омлет натуральный	80	7,52	13,46	1,57	157	№138/177
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№105/136
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	63,7	№6/6
ИТОГО:		310	11,18	16,39	25,64	290,5	5,67

Медработник _____

Меню

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Утверждено

А.Н.Белякова



Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Вит.- С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы				
4.Н - День 1									
Завтрак									
8.30 время	Макаронны отварные с сыром	160	8	6,53	32,1	218		№186/237	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№105/136	
	Вафли	30	1	8,8	18,8	153,2		№185/236	
ИТОГО:		370	9,06	15,35	60,89	411,2	0,03		
2-й завтрак									
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	№131/169	
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0		
Обед									
11.30 -12.20									
Время	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,74	4,88	9,21	85	18,45	№62/74	
	Гуляш из отварного мяса (кури)	140	18,05	14,26	4,58	218	0,97	№87/114	
	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	210		№93/120	
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	1,72	№109/140	
	Хлеб ржаной	40	2,34	0,54	19,93	96			
ИТОГО:		780	25,93	25,21	94,27	706,6	21,14		
Полдник									
уплотнённый									
16.10 -16.30									
время	Салат из зелёного горошка	50	1,49	2,59	3,16	41,8	5,5	№40/41	
	Омлет натуральный	100	9,28	18,03	1,86	193	0,18	№138/177	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№105/136	
	Хлеб пшеничный	40	3,19	0,49	20,43	103		№6/6	
ИТОГО:		370	14,02	21,13	35,44	377,8	5,71		

Медработник

(Handwritten signature)



Меню

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ 1311/1312
Утверждено
А.Н.Белякова

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.- С.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н - День 2								
Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая пшённая с маслом	150	4,27	4,86	24,48	159		№22/22
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	№117/148
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32		№13/13
ИТОГО:		340	9,87	15,13	52,06	280	1,2	
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	№131/169
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	
Обед								
11.30 -12.20	Салат из моркови	50	0,43	2,61	3,94	40,95	3,48	№28/29
Время	Свекольник	150	1,15	3,8	7,47	62,49	7,41	№52/56
	Рыба, запечённая с картофелем по-русски	150	13,58	12,27	15,8	229,62	5,09	№72/92
	Компот из сухофруктов	180	0,43		21,42	81	0,36	№101/128
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2		№6/6
ИТОГО:		560	17,15	19,04	61,92	478,26	16,34	
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Пудинг из творога с рисом	120	17,67	11,92	22,71	268	0,22	№143/183
время	Джем	150	4,35	3,75	6	75	1,05	№107/138
	Снежок							
ИТОГО:		270	22,02	15,67	28,71	343	1,27	

Медработник _____

Меню

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Утверждено
Договор № 13/169
Договор № 117/148
Договор № 13/13

А.Н.Белякова

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.- С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н - День 2								
Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая пшённая с маслом	200	5,67	5,28	32,55	200	№22/22	
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	№117/148	
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32	№13/13	
ИТОГО:		420	11,79	16,02	62,99	339		
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	№131/169	
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95		
Обед								
11.30 -12.20	Салат из моркови	50	0,43	2,61	3,94	40,95	№28/29	
Время	Свекольник	200	1,92	6,33	10,05	104,12	№52/56	
	Рыба, запечённая с картофелем по-русски	200	18,1	16,36	21,04	306,16	№72/92	
	Компот из сухофруктов	200	0,48		23,8	90	№101/128	
	Хлеб ржаной	40	2,34	0,54	19,93	96	№6/6	
ИТОГО:		690	23,27	25,84	78,76	637,23		
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Пудинг из творога с рисом	150	22,11	14,16	29,88	336	№143/183	
время	Джем	180	5,22	4,5	7,2	90	№107/138	
	Снежок							
ИТОГО:		330	27,33	18,66	37,08	426		

Медработник



Утверждено
А.Н.Белякова

Меню

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.-С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н - День 3								
Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая пшеничная с маслом	150	4,08	4,08	25,05	153		№220
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98	№116/147
	Бутерброд с маслом сливочный	40	2,45	7,55	14,62	32		№6/6
ИТОГО:		340	8,87	13,63	50,3	255	0,98	
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	№131/169
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	
Обед								
11.30 -12.20	Суп с рыбными консервами	150	5,16	5,04	8,6	100	5,47	№55/61
Время	Котлеты	60	8,93	6,74	8,97	132		№88/115
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162		№94/121
	Соус красный основной	35	0,48	1,37	2,16	21,7		№145/186
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	75	№111/142
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2		№6/6
ИТОГО:		525	22,37	17,78	73,01	540,9	80,47	
Полдник уплотнённый								
16.10 -16.30 время	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179		№161/206
	Салат из зелёного горошка	50	1,49	2,59	3,16	41,8	5,5	№40/41
	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	92	12,1	№92/119
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	№105/136
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	63,7		№6/6
ИТОГО:		280	7,3	9,19	51,03	312,5	5,52	

Медработник _____



Утверждено
Должн. А.Н.Белякова

Меню

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.-С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н -День 3								
Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая пшеничная с маслом	200	5,43	4,23	33,38	193	№220	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	№116/147	1,17
	Бутерброд с маслом сливочный	40	2,45	7,55	14,62	32	№6/6	
ИТОГО:		420	10,73	14,19	62,36	316		1,17
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	№131/169	10,0/10,0
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95		10,0/10,0
Обед								
11.30 -12.20	Суп с рыбными консервами	250	8,6	8,4	14,33	167	№55/61	9,11
Время	Котлеты	70	11,92	8,8	11,64	173	№88/115	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243	№94/121	
	Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31	№145/186	
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	91	№111/142	90
	Хлеб ржаной	40	2,34	0,54	19,93	96	№6/6	
ИТОГО:		740	32,75	26,03	106,3	801		99,11
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Булочка домашняя	80	5,82	10,01	43,13	286	№161/206	
время	Салат из зелёного горошка	50	1,49	2,59	3,16	41,8	№40/41	5,5
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	138	№92/119	18,15
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№105/136	0,03
	Хлеб пшеничный	40	3,019	0,49	20,43	103	№6/6	
ИТОГО:		350	10,389	13,11	76,71	470,8		5,53

Медработник _____



Утверждено
И.И. А. Н. Белякова

Меню

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.- С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н -День 4								
Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая геркулесовая с маслом	150	4,05	5,69	20,36	149		№21/21
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	№117/148
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32		№13/13
ИТОГО:		340	9,65	15,96	47,94	270	1,2	
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	№131/169
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	
Обед								
11.30 -12.20	Салат из свёклы	50	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	№36/37
Время	Рассольник ленинградский	150	1,2	3,06	10,15	73	4,52	№57/64
	Картофель запечённый с курой	125	8,91	6,59	20,43	177	1,78	№81/106
	Соус сметанный	30	0,42	1,22	1,76	22,2	0,011	№148/190
	Компот их свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	1,29	№109/140
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2		№6/6
ИТОГО:		535	12,92	14,39	67,72	456,55	12,351	
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Сырники творожные ,запечённые	100	17,17	13,47	13,06	249,91	0,23	№123/154
время	Джем							
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	№105/136
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33/	13,92	63,7		№6/6
ИТОГО:		280	19,34	#ЗНАЧ!	33,97	341,61	0,25	

Медработник _____

Меню

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Утверждено
Дир. А. Н. Белякова

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.- С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н - День 4 Завтрак								
8.30 время	Каша вязкая геркулесовая с маслом	200	5,39	6,38	27,13	187		№21/21
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	№117/148
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32		№13/13
ИТОГО:		420	11,51	17,12	57,57	326	1,43	
2-й завтрак								
10.00 время	Яблоки /Бананы	100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	№131/169
ИТОГО:		100/100	0,40/1,5	0,40/0,50	9,850/21,0	44/95	10,0/10,0	
Обед								
11.30 -12.20	Салат из свёклы	50	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	№36/37
Время	Рассольник ленинградский	250	1,99	5,03	16,92	122	7,53	№57/64
	Картофель запечённый с курой	165	12,13	9,5	25,7	237	3,8	№81/106
	Соус сметанный	40	0,57	1,63	2,34	29,64	0,015	№148/190
	Компот их свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	1,72	№109/140
	Хлеб ржаной	40	2,34	0,54	19,93	96		№6/6
ИТОГО:		745	17,9	19,9	92,95	629,19	17,815	
Полдник уплотнённый								
16.10 -16.30 время	Сырники творожные ,запечённые	150	2,5,75	20,2	19,59	374,86	0,35	№123/154
	Джем							
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№105/136
	Хлеб пшеничный	40	3,19	0,49	20,43	103		№6/6
ИТОГО:		370	29	20,71	50,01	517,86	0,38	

Медработник

Меню

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Утверждено

А.Н.Белякова

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит.- С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н -День 5								
Завтрак								
8.30 время	Каша кукурузная вязкая	150	4,67	4,86	20,94	146		№15/15
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,98	№116/147
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32		№6/6
ИТОГО:		340	9,46	14,41	46,19	248	0,98	
2-й завтрак								
10.00 время	Снежок	150	4,35	3,75	6	75	1,05	№107/138
ИТОГО:		150	4,35	3,75	6	75	1,05	
Обед								
11.30 -12.20	Суп вермишелевый	150	1,61	1,7	10,2	62,8	40,45	№54/60
Время	Капуста тушеная с курой	150	14,29	11,71	9,73	201	3,27	№80/105
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	1,29	№109/140
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2		№6/6
ИТОГО:		480	17,58	13,89	51,13	401,2	45,01	
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Булочка молочная	50	4,64	0,99	26,11	132	0,13	№164/209
время	Плов из мяса птицы	150	14,17	11,96	25,08	264	0,38	№86/113
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	№105/136
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	63,7		№6/6
ИТОГО:		380	20,98	13,29	72,1	487,7	0,53	

Медработник

g



Меню

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ 9
Утверждено
А.Н.Белякова

Приём пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вит-С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4.Н -День 5								
Завтрак								
8.30 время	Каша кукурузная вязкая	200	6,21	5,28	27,9	184		№15/15
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	№116/147
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	32		№6/6
ИТОГО:		420	11,51	15,24	56,88	307	1,17	
2-й завтрак								
10.00 время	Снежок	180	5,22	4,05	7,2	90	1,26	№107/138
ИТОГО:		180	5,22	4,05	7,2	90	1,26	
Обед								
11.30 -12.20	Суп вермишелевый	250	2,68	2,83	17,14	104,7	8,25	№54/60
Время	Капуста тушеная с курой	200	19,7	15	13,65	269	4,72	№80/105
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	1,72	№109/140
	Хлеб ржаной	40	2,34	0,54	19,93	96		№6/6
ИТОГО:		690	24,88	18,53	74,6	567,3	14,69	
Полдник								
уплотнённый								
16.10 -16.30	Булочка молочная	80	7,42	1,58	41,7	211	0,2	№164/209
время	Плов из мяса птицы	200	19,33	16,19	33,99	359	0,96	№86/113
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№105/136
	Хлеб пшеничный	40	3,19	0,49	20,43	103		№6/6
ИТОГО:		500	30	18,28	106,11	713	1,19	

Медработник _____