

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Новосельцевский детский сад
«Ивушка» Джанкойского района Республики Крым

Принято на общем собрании
родителей МДОУ «Новосельцевский
детский сад «Ивушка»
№ 1 от 15.08.2024г



утверждено:
заведующий
МДОУ «Новосельцевский детский
сад сада «Ивушка»
А. В. Дзюба
10.09.2024 приказ №69-од

Перспективное 10-ти дневное меню

**Муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Новосельцевский детский сад «Ивушка» Джанкойского района
Республики Крым**

с. Новосельцево

2024

Утверждаю
Заведующий МДОУ
приказ №69-од от 10.09.2024

А.В.Дзюба

приказ №69-од.от 10.09.2024													
Меню	Выход (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав									
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн., ккал						
1-й день													
Завтрак													
1.Суп молочный с ячневой крупой №101	150	200											
Крупа ячневая			12	16	12	16							
молоко			105	140	105	140							
сахар			1,2	2	1,2	2							
масло сливочное			1,5	2	1,5	2							
вода			45	60	45	60							
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20
чай			0,2	0,3	0,2	0,3							
вода			152	182	152	182							
сахар			5,25	6	5,25	6							
3. Хлеб тминный	30	37,5	30	37,5	30	37,5	1,98	2,48	0,36	0,45	10,02	12,53	52
Завтрак2:Соки овощные, фруктовые и ягодные №418	185	185					0,99	0,99	0,25	0,25	18,75	18,75	80
сок в ассортименте			185	185	185	185							
всего в завтрак							7,18	9,09	4,49	5,88	47,54	55,35	259
Обед													
1.Салат из свеклы №34/овощи по сезону	40	60					0,57	0,86	2,44	3,65	3,34	5,02	38
свекла			49	73	39	58							
масло растительное			2,4	3,6	2,4	3,6							
2.Борщ с капустой и картофелем со сметаной №63	180/5	200/5					1,41	1,55	4,33	4,73	9,37	10,39	85
капуста			18	20	14,4	16							
масло растительное			3,6	4	3,6	4							
картофель			16	21	12	16							
сметана			5	5	5	5							
морковь			11,3	12,6	9	10							
лук репчатый			9	10	7,2	8							
томат			5,4	6	5,4	6							
свекла			36	40	29	32							
сахар			1,8	2	1,8	2							
вода			144	160	144	160							
соль			1	1,5	1	1,5							
3. Картофель отварной №336	120	130					2,29	2,48	3,45	3,74	18,41	19,94	114
картофель			160	173	120	130							
масло сливочное			4	5	4	5							
соль			0,95	1,85	0,95	1,85							
4.Котлета рыбная запеченная (с молоком) №271	50	70					5,74	8,05	2,02	2,83	4,99	6,99	58
молоко			12,5	17,5	12,5	17,5							
хлеб пшеничный			9	12	9	12							
масло сливочное			2,5	3,5	2,5	3,5							
рыба с/м			94	100,5	54	58							
соль			0,3	0,4	0,3	0,4							
5.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35
яблоко			34	41	30	36							
сахар			5,25	6	5,25	6							
вода			129	155	129	155							
6.Хлеб пшеничный	32,6	43,4	32,6	43,4	32,6	43,4	2,57	3,43	0,33	0,43	15,75	20,96	77
всего в обед							12,70	16,51	12,69	15,52	60,48	73,36	407
Полдник													
1.Запеканка из творога с мукой пшеничной №251	85	115					15,10	20,42	10,29	13,92	15,62	21,14	216
творог			80	108	78	106							
мука пшеничная			7	9,2	7	9,2							
сахар			7,3	7,96	7,3	7,96							
яйцо			4,1	5,5	4,1	5,5							
масло сливочное			3,4	4,6	3,4	4,6							
сухари			3,4	4,6	3,4	4,6							
изюм			9	11	8,5	11							
сметана			3,4	4,6	3,4	4,6							
2.Соус молочный (сладкий) №369	20	30					0,39	0,58	0,90	1,36	2,65	3,98	20
масло сливочное			0,9	1,4	0,9	1,4							
вода			10	15	10	15							
мука			0,9	1,4	0,9	1,4							
сахар			1,6	2,4	1,6	2,4							
ванилин			0,01	0,01	0,01	0,01							
молоко			10	15	10	15							
3.Молоко кипяченое №419	150	180	158	189	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85
всего в полдник							20,07	26,48	15,27	20,16	25,85	34,19	321
всего в день							39,95	52,08	32,45	41,56	133,87	162,90	987

Утверждаю
Заведующий МДОУ _____ А.В.Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

приказ №69-од от 10.09.2024														
Меню	Выход (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав										
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн., ккал							
2-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с манной крупой №101	150	200					3,90	5,21	3,81	5,08	12,32	16,42	99	132
Крупа манная			9	12	9	12								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
молоко			105	140	105	140								
вода			45	60	45	60								
2. Кофейный напиток с молоком №414	150	180					2,34	2,85	2,00	2,41	8,96	10,55	63	75
кофе порошок			2,5	3	2,5	3								
молоко			75	90	75	90								
вода			90	108	90	108								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
4. Кондитерские изделия	17,3	34,77	17,3	34,77	17,3	34,77	1,14	2,29	3,84	7,72	11,05	22,22	84	168
Завтрак2: Фрукты и ягоды свежие №386	86	87	86	87	76	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,42	7,52	33	34
всего в завтрак							8,68	11,90	10,14	15,75	44,76	62,98	305	442
Обед														
1.Салат из моркови с сахаром №42/овощи по сезону	40	60					0,50	0,75	0,04	0,06	4,65	6,97	21	31
морковь			48	72	38	58								
сахар			2	3	2	3								
2.Суп картофельный на мясном бульоне №83/59	180	200					1,99	2,21	2,29	2,54	12,01	13,34	77	85
масло растительное			1,8	2	1,8	2								
мясо говядины			19	21	17	19								
морковь			11	12	9	10								
картофель			93	120	70	90								
лук репчатый			11	12	9	10								
соль			1,4	1,75	1,4	1,75								
вода			164	182,5	164	182,5								
3.Плов из птицы №321	160	195					16,59	20,22	5,81	7,08	26,76	32,61	226	275
лук репчатый			8	11	7	9								
филе птицы			87,5	87,5	85	85								
масло сливочное			6	8	6	8								
рис			33	46	33	46								
морковь			16	16	13	13								
томат			7	7	7	7								
соль			0,42	1	0,42	1								
4.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35	42
яблоко			34	41	30	36								
сахар			5,25	6	5,25	6								
вода			129	155	129	155								
5.Хлеб пшеничный	45	60	45	60	45	60	3,56	4,74	0,45	0,60	21,74	28,98	106	141
всего в обед							22,76	28,06	8,71	10,42	73,78	91,96	465	574
Полдник														
1.Капуста тушенная №354	120	130					2,22	2,40	3,87	4,19	8,63	9,35	78	85
капуста			172	186	137,5	149								
масло растительное			4	4,5	4	4,5								
томат			8	8	8	8								
лук репчатый			6	6	5	5								
морковь			10	3,2	8	2,6								
сахар			4	4	4	4								
мука			1	1,5	1	1,5								
соль			0,43	1	0,43	1								
2. Яйца вареные №227	40	40	1 шт.	1 шт.	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63	63
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
4.Сыр порциями №7	10,75	16	10,75	16	10	14,88	2,63	3,91	2,66	3,96	0,00	0,00	34	51
5. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
всего в полдник							10,96	12,69	11,32	13,00	18,93	21,62	221	255
всего в день							42,40	52,65	30,17	39,16	137,47	176,55	991	1270

Утверждаю
Заведующий МДОУ А.В.Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

приказ №669-ОД от 10.09.2024														
Меню	Выход (г)		Брутто (г)		Нетто (г)		Химический состав						Энерг. ценн., ккал	
							Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)					
3-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с макаронными изделиями №100	150	200					4,31	5,75	3,91	5,21	14,13	18,84	109	145
Макароны			12	16	12	16								
молоко			105	140	105	140								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
вода			45	60	45	60								
2.Какао с молоком №416	150	180					3,15	3,67	2,72	3,19	10,34	12,01	78	91
сахар			5,25	6	5,25	6								
какао порошок			1,88	2,25	1,88	2,25								
молоко			92	110	92	110								
вода			65	80	65	80								
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
Завтрак2: Соки овощные, фруктовые и ягодные №418														
сок в ассортименте	190	190					1,01	1,01	0,25	0,25	19,25	19,25	82	82
			190	190	190	190								
всего в завтрак							9,46	11,67	7,06	8,88	48,73	56,37	295	351
Обед														
1.Салат из свеклы №34/овощи по сезону	40	60					0,57	0,86	2,44	3,65	3,34	5,02	38	56
свекла			49	73	39	58								
масло растительное			2,4	3,6	2,4	3,6								
2.Бульон куринный с гречками №117/123	180	200					2,81	3,12	0,30	0,33	14,80	16,44	73	81
филе птицы			15	17	15	17								
лук репчатый			1,8	2	1,8	2								
морковь			1,8	2	1,8	2								
хлеб пшеничный			34	38	29	32								
вода			202,5	225	202,5	225								
Яйца (белки) для оттяжки			2,5	2,8	2,5	2,8								
Морковь			4,1	4,5	3,2	3,6								
соль			0,83	1,33	0,83	1,33								
3.Пюре картофельное №339	120	130					2,45	2,66	3,84	4,16	16,35	17,71	110	119
картофель			137	148	103	111								
молоко			19	23	18	20								
масло сливочное			4	5	4	5								
соль			0,42	1,26	0,42	1,26								
4.Филе птицы тушеное в соусе №318/375	50/50	70/70					12,49	17,49	3,81	5,33	3,98	5,57	100	140
филе птицы			70	98	68	96								
сметана			12,5	17,5	12,5	17,5								
мука пшеничная			3,8	5,3	3,8	5,3								
вода			37,5	53	37,5	53								
соль			0,4	0,56	0,4	0,56								
томат			0	7	0	7								
лук репчатый			11,9	16,7	10	14								
масло сливочное			1	1,4	1	1,4								
5.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35	42
яблоко			34	41	30	36								
сахар			5,25	6	5,25	6								
вода			129	155	129	155								
6.Хлеб пшеничный	11	22	11	22	11	11	0,88	1,74	0,11	0,22	5,31	10,63	25	51
всего в обед							19,32	26,01	10,62	13,83	52,40	65,43	381	489
Полдник														
1.Омлет натуральный с маслом №229	100/5	100/5					10,10	10,10	12,50	12,50	2,00	2,00	162	162
молоко			28,8	28,8	28,8	28,8								
масло сливочное			5	5	5	5								
масло сливочное			5	5	5	5								
яйцо			1,88шт.	1,88шт.	75	75								
соль			0,6	0,6	0,6	0,6								
2.Сыр порциями №7	10,75	16	10,75	16	10	14,88	2,63	3,91	2,66	3,96	0,00	0,00	34	51
3. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
4. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
всего в полдник							13,76	15,31	15,35	16,71	12,02	13,99	242	269
всего в день							42,54	52,99	33,03	39,41	113,15	135,78	918	1108

Утверждаю
Заведующий МДОУ
приказ №69-од от 10.09.2024

Меню	Выход (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав							Энерг. ценн., ккал			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)								
4-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с рисовой крупой №101	150	200					3,61	4,82	3,81	5,08	12,62	16,83	99	132
крупя рис			9	12	9	12								
молоко			105	140	105	140								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
вода			45	60	45	60								
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3. Хлеб тминный	30	37,5	30	37,5	30	37,5	1,98	2,48	0,36	0,45	10,02	12,53	52	65
Завтрак2: Фрукты и ягоды свежие №386	86	87	86	87	76	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,42	7,52	33	34
всего в завтрак							5,94	7,67	4,49	5,86	35,07	42,60	204	254
Обед														
1.Салат из свеклы №34/овощи по сезону	40	60					0,57	0,86	2,44	3,65	3,34	5,02	38	56
свекла			49	73	39	58								
масло растительное			2,4	3,6	2,4	3,6								
2.Борщ с картофелем и сметаной №64	180/5	200/5					1,57	1,73	4,40	4,80	10,36	11,49	90	99
картофель			43	53	32	40								
свекла			37	41	28,8	32								
морковь			11,3	12,6	9	10								
лук репчатый			9	10	7,2	8								
масло растительное			3,6	4	3,6	4								
вода			126	140	126	140								
томат			5,4	6	5,4	6								
соль			1	1,5	1	1,5								
сахар			1	1	1	1								
сметана			5	5	5	5								
3.Каша ячневая/перловая рассыпчатая с маслом №330	120	130					3,83	4,15	3,55	3,84	24,71	26,76	146	158
ячневая/крупя перловая			36	43	36	43								
вода			96	104	96	104								
соль			0,23	1,15	0,23	1,15								
масло сливочное			4,2	4,5	4,2	4,5								
4.Гуляш из отварной говядины №293	85	85					10,93	10,93	8,79	8,79	2,81	2,81	134	134
мясо говядины			93,5	93,5	68,7	68,7								
мука			2,1	2,1	2,1	2,1								
масло сливочное			2,8	2,8	2,8	2,8								
морковь			18	10	14	7								
лук репчатый			8,5	9	7	7,4								
вода			-	-	28	28								
соль			0,6	0,6	0,6	0,6								
томат			-	3,2	-	3,2								
5. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
6.Хлеб пшеничный	45	60	45	60	45	60	3,56	4,74	0,45	0,60	21,74	28,98	106	141
всего в обед							20,50	22,47	19,64	21,70	67,97	80,78	534	611
Полдник														
1. Ватрушки с повидлом №441	50	60					3,18	3,82	2,12	2,55	31,51	37,82	159	190
мука пшеничная			27	32	27	32								
мука пшеничная (на подпыл)			1,24	1,49	1,24	1,49								
яйцо(меланж для смазки)			2,5	2,99	2,5	2,99								
масло сливочное			1,22	1,45	1,22	1,45								
масло растительное			0,2	0,2	0,2	0,2								
сахар			1,43	1,7	1,43	1,7								
вода			10,84	12,9	10,84	12,9								
дрожжи			1,5	1,88	1,5	1,88								
соль			0,42	0,5	0,42	0,5								
повидло			21,4	25,7	21,4	25,7								
2.Молоко кипяченое №419	150	180	158	189	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	102
всего в полдник							7,76	9,30	6,20	7,43	39,09	46,89	244	292
всего в день							34,20	39,44	30,33	34,99	142,13	170,27	982	1157

Утверждаю
Заведующий МДОУ А.В.Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

Меню	Выход (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав							Энерг. ценн., ккал			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)								
5-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с манной крупой №101	150	200					3,90	5,21	3,81	5,08	12,32	16,42	99	132
Крупа манная				9	12	9	12							
сахар				1,2	2	1,2	2							
масло сливочное				1,5	2	1,5	2							
молоко				105	140	105	140							
вода				45	60	45	60							
2. Кофейный напиток с молоком №414	150	180					2,34	2,85	2,00	2,41	8,96	10,55	63	75
кофе порошок				2,5	3	2,5	3							
молоко				75	90	75	90							
вода				90	108	90	108							
сахар				5,25	6	5,25	6							
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
Завтрак2: Плоды и ягоды свежие №386	87	87	87	87	77	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,52	7,52	34	34
всего в завтрак							7,54	9,61	6,30	8,03	33,81	40,76	222	274
Обед														
1.Салат из белокачанной капусты с луком №21/овощи по сезону	40	60					0,56	0,84	2,03	3,05	3,46	5,19	34	52
капуста				39	59	32	47							
лук				5	7,5	4	6							
масло растительное				2	3	2	3							
сахар				2	3	2	3							
кипяченая вода				4	6	4	6							
2.Суп картофельный с клецками №91/128	180	200					1,51	1,68	2,42	2,69	8,74	9,71	63	70
масло сливочное				0,6	0,7	0,6	0,7							
картофель				43	53	32	40							
морковь				9	10	7	8							
лук репчатый				9	10	7	8							
мука				5,5	6	5,5	6							
яйцо				1,6	2	1,6	2							
молоко				9	10	9	10							
вода				135	150	135	150							
соль				1,31	1,64	1,31	1,64							
масло растительное				1,8	2	1,8	2							
3.Пюре картофельное №339	120	130					2,45	2,66	3,84	4,16	16,35	17,71	110	119
картофель				137	148	103	111							
молоко				19	23	18	20							
масло сливочное				4	5	4	5							
соль				0,42	1,26	0,42	1,26							
4.Рыба тушеная с овощами №261	50	70					4,11	5,76	2,07	2,90	1,28	1,80	40	55
вода				11	15	11	15							
масло растительное				2,5	3,5	2,5	3,5							
рыба с/м				80,5	96	46,4	55,4							
соль				0,3	0,4	0,3	0,4							
морковь				17,5	24,5	14	19							
лук репчатый				7	10	6	8							
томат				-	2	-	2							
5. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай				0,2	0,3	0,2	0,3							
вода				152	182	152	182							
сахар				5,25	6	5,25	6							
6.Хлеб пшеничный	45	60	45	60	45	60	3,56	4,74	0,45	0,60	21,74	28,98	106	141
всего в обед							12,23	15,74	10,82	13,42	56,58	69,11	373	460
Полдник														
1.Голубцы ленивые с соусом №315/373	135	190					10,61	14,12	6,81	9,04	15,04	20,26	164	219
капуста				90	121	72	96							
говядина				61	81	45	60							
рис				6	8	6	8							
лук репчатый				12	16	10	13							
масло сливочное				3	4	3	4							
яйцо				4	5	4	5							
сметана				3,75	7,5	3,75	7,5							
мука				1,13	2,25	1,13	2,25							
вода				11,25	22,5	11,25	22,5							
томат				0	3	0	3							
соль				0,22	0,45	0,22	0,45							
2. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
3. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай				0,2	0,3	0,2	0,3							
вода				152	182	152	182							
сахар				5,25	6	5,25	6							
всего в полдник							11,64	15,42	7,00	9,29	25,06	32,25	210	275
всего в день							31,41	40,77	24,12	30,73	115,45	142,11	806	1008

Утверждаю
Заведующий МДОУ
приказ №69-од от 10.09.2024

А.В.Дзюба

Меню	Выход (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав										
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн., ккал							
6-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с макаронными изделиями №100	150	200					4,31	5,75	3,91	5,21	14,13	18,84	109	145
Макароны			12	16	12	16								
молоко			105	140	105	140								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
вода			45	60	45	60								
3. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3.Хлеб тминный	30	37,5	30	37,5	30	37,5	1,98	2,48	0,36	0,45	10,02	12,53	52	65
Завтрак2: Соки овощные, фруктовые и ягодные №418	190	190					1,01	1,01	0,25	0,25	19,25	19,25	82	82
сок в ассортименте			190	190	190	190								
всего в завтрак							7,34	9,30	4,53	5,93	48,41	56,34	263	315
Обед														
1.Салат из белокочанной капусты с луком №21/овощи по сезону	40	60					0,56	0,84	2,03	3,05	3,46	5,19	34	52
капуста			39	59	32	47								
лук			5	7,5	4	6								
масло растительное			2	3	2	3								
сахар			2	3	2	3								
кипяченая вода			4	6	4	6								
2.Борщ с картофелем и сметаной №64	180/5	200/5					1,57	1,73	4,40	4,80	10,36	11,49	90	99
картофель			43	53	32	40								
свекла			37	41	28,8	32								
морковь			11,3	12,6	9	10								
лук репчатый			9	10	7,2	8								
масло растительное			3,6	4	3,6	4								
вода			126	140	126	140								
томат			5,4	6	5,4	6								
соль			1	1,5	1	1,5								
сахар			1	1	1	1								
сметана			5	5	5	5								
3.Запеканка картофельная с печенью №308/372	120	130					7,64	8,28	3,91	4,24	20,36	22,06	147	159
печень говяжья				41		34								
лук репчатый			10	11	8	9								
картофель			153	166	115	125								
соль			1	1,75	1	1,75								
масло сливочное			4	4	4	4								
сухари			2	2	2	2								
сметана			4	5	4	5								
мука пшеничная			1,1	1,5	1,1	1,5								
вода			11	15	11	15								
соль			1,25	2,25	1,25	2,25								
4.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35	42
яблоко			34	41	30	36								
сахар			5,25	6	5,25	6								
вода			129	155	129	155								
5.Хлеб пшеничный	39,6	53,6	39,6	53,6	39,6	53,6	3,13	4,23	0,40	0,54	19,13	25,89	93	126
всего в обед							13,02	15,22	10,86	12,77	61,93	74,69	399	478
Полдник														
1.Пудинг из творога (запеченный) №249	85	110					12,87	16,65	9,15	11,84	20,69	26,77	216	279
творог			65	84	64	82,5								
изюм			9	11	8,5	11								
крупа манная			6,8	9	6,8	9								
сахар			7,02	8,8	7,02	8,8								
яйцо			5,1	6,6	5,1	6,6								
масло сливочное			3,4	4,4	3,4	4,4								
ванилин			0,01	0,01	0,01	0,01								
сухари			3,4	4,4	3,4	4,4								
сметана			3,4	4,4	3,4	4,4								
2.Соус молочный (сладкий) №369	20	30					0,39	0,58	0,90	1,36	2,65	3,98	20	30
масло сливочное			0,9	1,4	0,9	1,4								
вода			10	15	10	15								
мука			0,9	1,4	0,9	1,4								
сахар			1,6	2,4	1,6	2,4								
ванилин			0,01	0,01	0,01	0,01								
молоко			10	15	10	15								
2.Молоко кипяченое №419	150	180	158	189	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	102
всего в полдник							17,84	22,71	14,13	18,08	30,92	39,82	321	411
всего в день							38,20	47,23	29,52	36,78	141,26	170,85	983	1204

Утверждаю
Заведующий МДОУ
приказ №69-од от 10.09.2024

А.В.Дзюба

Меню		Выход (г)		Брутто (г)		Нетто (г)		Химический состав							
								Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энерг. ценн., ккал	
7-й день															
Завтрак															
1.Суп молочный с пшеном №101	150	200					4,35	5,80	4,11	5,48	13,93	18,57	110	147	
пшено			12	16	12	16									
молоко			105	140	105	140									
сахар			1,2	2	1,2	2									
масло сливочное			1,5	2	1,5	2									
вода			45	60	45	60									
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23	
чай			0,2	0,3	0,2	0,3									
вода			152	182	152	182									
сахар			5,25	6	5,25	6									
3.Хлеб тминный	30	37,5	30	37,5	30	37,5	1,98	2,48	0,36	0,45	10,02	12,53	52	65	
Завтрак2: Фрукты и ягоды свежие №386	87	87	87	87	77	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,52	7,52	34	34	
всего в завтрак							6,68	8,65	4,79	6,26	36,48	44,34	216	269	
Обед															
1.Салат из свеклы №34/овощи по сезону	40	60					0,57	0,86	2,44	3,65	3,34	5,02	38	56	
свекла			49	73	39	58									
масло растительное			2,4	3,6	2,4	3,6									
2.Суп картофельный с клецками №91/128	180	200					1,51	1,68	2,42	2,69	8,74	9,71	63	70	
масло сливочное			0,6	0,7	0,6	0,7									
картофель			43	53	32	40									
морковь			9	10	7	8									
лук репчатый			9	10	7	8									
мука			5,5	6	5,5	6									
яйцо			1,6	2	1,6	2									
молоко			9	10	9	10									
вода			135	150	135	150									
соль			1,31	1,64	1,31	1,64									
масло растительное			1,8	2	1,8	2									
3. Макаронные изделия отварные с маслом №335	120/5	130/5					4,58	4,95	3,52	3,80	21,98	23,73	138	149	
Макароны			36	45,5	36	45,5									
масло сливочное			5	5	5	5									
Соль			0,64	1,71	0,64	1,71									
4.Котлеты рубленные из говядины (с молоком) №299	60	70					9,32	10,87	7,07	8,25	9,64	11,25	139	162	
молоко			14	17	14	17									
масло сливочное			4	4	4	4									
масло сливочное			5	5	5	5									
сухари			6	7	6	7									
соль			0,3	0,4	0,3	0,4									
хлеб пшеничный			11	12	11	12									
мясо говядины			60	70	43	52									
5.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35	42	
яблоко			34	41	30	36									
сахар			5,25	6	5,25	6									
вода			129	155	129	155									
6.Хлеб пшеничный	24,6	36,4	24,6	36,4	24,6	36,4	1,94	2,87	0,25	0,36	11,88	17,58	58	86	
всего в обед							18,04	21,37	15,82	18,89	64,20	77,35	471	565	
Полдник															
1.Запеканка из творога с мукой пшеничной №251	85	115					15,10	20,42	10,29	13,92	15,62	21,14	216	292	
творог			80	108	78	106									
мука пшеничная			7	9,2	7	9,2									
сахар			7,3	7,96	7,3	7,96									
яйцо			4,1	5,5	4,1	5,5									
масло сливочное			3,4	4,6	3,4	4,6									
сухари			3,4	4,6	3,4	4,6									
изюм			9	11	8,5	11									
сметана			3,4	4,6	3,4	4,6									
2.Соус молочный (сладкий) №369	20	30					0,39	0,58	0,90	1,36	2,65	3,98	20	30	
масло сливочное			0,9	1,4	0,9	1,4									
вода			10	15	10	15									
мука			0,9	1,4	0,9	1,4									
сахар			1,6	2,4	1,6	2,4									
ванилин			0,01	0,01	0,01	0,01									
молоко			10	15	10	15									
3.Молоко кипяченое №419	150	180	158	189	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	102	
всего в полдник							20,07	26,48	15,27	20,16	25,85	34,19	321	424	
всего в день							44,79	56,50	35,88	45,31	126,53	155,88	1008	1258	

Утверждаю
Заведующий МДОУ _____ А.В.Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

Меню	Выход (г)		Брутто (г)		Нетто (г)		Химический состав							
							Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн., ккал				
8-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с манной крупой №101	150	200					3,90	5,21	3,81	5,08	12,32	16,42	99	132
Крупа манная			9	12	9	12								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
молоко			105	140	105	140								
вода			45	60	45	60								
2. Кофейный напиток с молоком №414	150	180					2,34	2,85	2,00	2,41	8,96	10,55	63	75
кофе порошок			2,5	3	2,5	3								
молоко			75	90	75	90								
вода			90	108	90	108								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
4. Кондитерские изделия	17,3	34,76	17,3	34,76	17,3	34,76	1,14	2,29	3,84	7,72	11,05	22,22	84	168
Завтрак2: Фрукты и ягоды свежие №386	86	87	86	87	76	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,42	7,52	33	34
всего в завтрак							8,68	11,90	10,14	15,75	44,76	62,98	305	442
Обед														
1.Салат из моркови с сахаром №42/овощи по сезону	40	60					0,50	0,75	0,04	0,06	4,65	6,97	21	31
морковь			48	72	38	58								
сахар			2	3	2	3								
2.Суп картофельный с горохом лущеным №87	180	200					4,26	4,73	4,05	4,50	11,78	13,09	101	112
картофель			43	53	32	40								
морковь			14	15	11	12								
лук			11	12	9	10								
масло растительное			3,6	4	3,6	4								
вода			164	182,5	164	182,5								
горох сухой			14	16	14	16								
мясо говядины			19	21	17	19								
соль			0,93	1,49	0,93	1,49								
3.Пюре картофельное №339	120	130					2,45	2,66	3,84	4,16	16,35	17,71	110	119
картофель			137	148	103	111								
молоко			19	23	18	20								
масло сливочное			4	5	4	5								
соль			0,42	1,26	0,42	1,26								
4.Рыба тушенная с овощами №261	50	70					4,11	5,76	2,07	2,90	1,28	1,80	40	55
вода			11	15	11	15								
масло растительное			2,5	3,5	2,5	3,5								
рыба с/м			80,5	96	46,4	55,4								
соль			0,3	0,4	0,3	0,4								
морковь			17,5	24,5	14	19								
лук репчатый			7	10	6	8								
томат			-	2	-	2								
5.Соки овощные, фруктовые и ягодные №418	185	185					0,99	0,99	0,25	0,25	18,75	18,75	80	80
сок в ассортименте			185	185	185	185								
6.Хлеб пшеничный	45	60	45	60	45	60	3,56	4,74	0,45	0,60	21,74	28,98	106	141
всего в обед							15,87	19,63	10,70	12,47	74,55	87,30	458	538
Полдник														
1.Омлет натуральный с маслом №229	100/5	100/5					10,10	10,10	12,50	12,50	2,00	2,00	162	162
молоко			28,8	28,8	28,8	28,8								
масло сливочное			5	5	5	5								
масло сливочное			5	5	5	5								
яйцо			1,88шт.	1,88шт.	75	75								
соль			0,6	0,6	0,6	0,6								
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3.Сыр порциями №7	10,75	16	10,75	16	10	14,88	2,63	3,91	2,66	3,96	0,00	0,00	34	51
4. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
всего в полдник							13,76	15,31	15,35	16,71	12,02	13,99	242	269
всего в день							38,31	46,84	36,19	44,92	131,33	164,26	1005	1248

Утверждаю
Заведующий МДОУ _____ А.В. Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

Меню	Выход (г)		Брутто (г)		Нетто (г)		Химический состав							Энерг. ценн., ккал
							Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)					
9-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный с рисовой крупой №101	150	200					3,61	4,82	3,81	5,08	12,62	16,83	99	132
крупя рис			9	12	9	12								
молоко			105	140	105	140								
сахар			1,2	2	1,2	2								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
вода			45	60	45	60								
2.Какао с молоком №416	150	180					3,15	3,67	2,72	3,19	10,34	12,01	78	91
сахар			5,25	6	5,25	6								
какао порошок			1,87	2,25	1,87	2,25								
молоко			92	110	92	110								
вода			65	80	65	80								
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
5. Кондитерские изделия	17,3	34,76	17,3	34,76	17,3	34,76	1,14	2,29	3,84	7,72	11,05	22,22	84	168
Завтрак2: Флоды и ягоды свежие №386	87	87	87	87	77	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,52	7,52	34	34
всего в завтрак							9,20	12,33	10,86	16,53	46,54	64,85	321	458
Обед														
1.Салат из свеклы №34/овощи по сезону	40	60					0,57	0,86	2,44	3,65	3,34	5,02	38	56
свекла			49	73	39	58								
масло растительное			2,4	3,6	2,4	3,6								
2.Борщ с капустой и картофелем со сметаной №63	180/5	200/5					1,41	1,55	4,33	4,73	9,37	10,39	85	93
капуста			18	20	14,4	16								
масло растительное			3,6	4	3,6	4								
картофель			16	21	12	16								
сметана			5	5	5	5								
морковь			11,3	12,6	9	10								
лук репчатый			9	10	7,2	8								
томат			5,4	6	5,4	6								
свекла			36	40	29	32								
сахар			1,8	2	1,8	2								
вода			144	160	144	160								
соль			1	1,5	1	1,5								
3.Каша пшеничная рассыпчатая с маслом №330	120	130					5,05	5,47	3,60	3,90	31,08	33,67	177	192
крупя артек			48	52	48	52								
вода			86	94	86	94								
соль			0,3	1,2	0,3	1,2								
масло сливочное			4,2	4,5	4,2	4,5								
4.Гуляш из отварной говядины №293	85	85					10,93	10,93	8,79	8,79	2,81	2,81	134	134
мясо говядины			93,5	93,5	68,7	68,7								
мука			2,1	2,1	2,1	2,1								
масло сливочное			2,8	2,8	2,8	2,8								
морковь			18	10	14	7								
лук репчатый			8,5	9	7	7,4								
вода			-	-	28	28								
соль			0,6	0,6	0,6	0,6								
томат			-	3,2	-	3,2								
5.Компот из свежих яблок №390	150	180					0,12	0,14	0,12	0,14	8,62	10,06	35	42
яблоко			34	41	30	36								
сахар			5,25	6	5,25	6								
вода			129	155	129	155								
6.Хлеб пшеничный	45	60	45	60	45	60	3,56	4,74	0,45	0,60	21,74	28,98	106	141
всего в обед							21,64	23,69	19,73	21,81	76,96	90,93	575	658
Полдник														
1.Рагу овощное с соусом (3-й вариант) №362/366	120	130					2,16	2,34	4,86	5,27	12,67	13,73	103	112
лук репчатый			12,6	13,7	5,5	6								
картофель			51	55,5	38	42								
морковь			31,6	28,8	25,3	23,3								
масло сливочное			7	7,6	7	7,6								
капуста			56	60	36	40								
соль			0,35	0,45	0,35	0,45								
вода			36	39	36	39								
сахар			0,4	0,4	0,4	0,4								
мука			1,6	1,8	1,6	1,8								
томат			-	6	-	6								
2. Яйца вареные №227	40	40 1 шт.	1 шт.		40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63	63
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3. Хлеб тминный	15	18,75	15	18,75	15	18,75	0,99	1,24	0,18	0,225	5,01	6,265	26	32,5
всего в полдник							8,27	8,72	9,65	10,12	22,97	26,00	212	231
всего в день							39,11	44,74	40,24	48,45	146,47	181,77	1108	1346

Утверждаю
Заведующий МДОУ _____ А.В. Дзюба
приказ №69-од от 10.09.2024

Меню	Выход (г)		Брутто (г)		Нетто (г)		Химический состав						Энерг. ценн., ккал	
							Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)					
10-й день														
Завтрак														
1.Суп молочный гречневый №101	150	200					4,48	5,97	4,11	5,48	12,81	17,08	117	152
крупка гречневая			12	16	12	16								
молоко			105	140	105	140								
масло сливочное			1,5	2	1,5	2								
сахар			1,2	2	1,2	2								
вода			45	60	45	60								
2. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
3.Хлеб тминный	30	37,5	30	37,5	30	37,5	1,98	2,48	0,36	0,45	10,02	12,53	52	65
4. Масло порциями №6	2,83	4,13	2,83	4,13	2,83	4,13	0,02	0,03	2,05	3,00	0,04	0,06	19	27
Завтрак2: Фрукты и ягоды свежие №386	87	87	87	87	77	77	0,31	0,31	0,31	0,31	7,52	7,52	34	34
всего в завтрак							6,83	8,85	6,84	9,26	35,40	42,91	242	301
Обед														
1.Салат из белокачанной капусты с луком №21/овощи по сезону	40	60					0,56	0,84	2,03	3,05	3,46	5,19	34	52
капуста			39	59	32	47								
лук			5	7,5	4	6								
масло растительное			2	3	2	3								
сахар			2	3	2	3								
кипяченая вода			4	6	4	6								
2.Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной №73	180/5	200/5					1,35	1,49	4,32	4,71	6,31	6,99	72	79
капуста			45	50	36	40								
картофель			27	32	20	24								
морковь			11,3	12,6	9	10								
лук репчатый			9	10	7	8								
томатное пюре			1,8	2	1,8	2								
масло растительное			3,6	4	3,6	4								
вода			144	160	144	160								
соль			1,28	1,79	1,28	1,79								
сметана			5	5	5	5								
3.Пюре картофельное №339	120	130					2,45	2,66	3,84	4,16	16,35	17,71	110	119
картофель			137	148	103	111								
молоко			19	23	18	20								
масло сливочное			4	5	4	5								
соль			0,42	1,26	0,42	1,26								
4.Котлеты рубленые из говядины (с молоком) №299	60	70					9,32	10,87	7,07	8,25	9,64	11,25	139	162
молоко			14	17	14	17								
масло сливочное			4	4	4	4								
масло сливочное			5	5	5	5								
сухари			6	7	6	7								
соль			0,3	0,4	0,3	0,4								
хлеб пшеничный			11	12	11	12								
мясо говядины			60	70	43	52								
5. Чай с сахаром №410/411	150	180					0,04	0,06	0,01	0,02	5,01	5,72	20	23
чай			0,2	0,3	0,2	0,3								
вода			152	182	152	182								
сахар			5,25	6	5,25	6								
6.Хлеб пшеничный	28	41	28	41	28	41	2,21	3,24	0,28	0,41	13,52	19,80	66	96
всего в обед							15,93	19,16	17,55	20,60	54,29	66,66	441	531
Полдник														
1. Пирог открытый с повидлом №442	50	60					3,09	3,71	1,61	1,93	27,66	33,19	138	165
мука пшеничная			27,3	32,8	27,3	32,8								
меланж для смазки пирога			0,2	0,24	0,2	0,24								
меланж			1,35	1,62	1,35	1,62								
масло сливочное			1,35	1,62	1,35	1,62								
масло растительное для смазки листов			0,15	0,18	0,15	0,18								
сахар			1,65	1,98	1,65	1,98								
вода для теста			11,5	13,8	11,5	13,8								
дрожжи			1,5	1,87	1,5	1,87								
соль			0,25	0,3	0,25	0,3								
повидло			16,7	20	16,7	20								
2.Молоко кипяченое №419	150	180	158	189	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07	85	102
всего в полдник							7,67	9,19	5,69	6,81	35,24	42,26	223	267
всего в день							30,43	37,20	30,08	36,67	124,93	151,83	907	1099

Химический состав рационов за 10 дней

Дни недели	Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
1	39,95	52,08	32,45	41,56	133,87	162,90	987	1232
2	42,40	52,65	30,17	39,16	137,47	176,55	991	1270
3	42,54	52,99	33,03	39,41	113,15	135,78	918	1108
4	34,20	39,44	30,33	34,99	142,13	170,27	982	1157
5	31,41	40,77	24,12	30,73	115,45	142,11	806	1008
6	38,20	47,23	29,52	36,78	141,26	170,85	983	1204
7	44,79	56,50	35,88	45,31	126,53	155,88	1008	1258
8	38,31	46,84	36,19	44,92	131,33	164,26	1005	1248
9	39,11	44,74	40,24	48,45	146,47	181,77	1108	1346
10	30,43	37,20	30,08	36,67	124,93	151,83	907	1099
за 10 дней	381,34	470,44	322,01	397,98	1312,59	1612,20	9695	11932
в день	38,13	47,04	32,20	39,80	131,26	161,22	970	1193