



Т.Е.



Заведующий

МБДОУ с/с

«Ручеек»

Короткая Е.А.

15 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (3-7года.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	5,5	26,3	190,2	199
День 2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	14,9	110,7	414
Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	2,1	5,9	9	106,2	3
Итого за завтрак		435	11,4	14,7	50,2	407,1	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	2,6	6,5	52,8	55
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	3,9	11,6	92,6	82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,5	19,8	137,5	339
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,5	8,8	12,0	159,0	322
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,2	17,3	75,7	4394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	пром
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	пром
Итого за обед		710	16,9	20,6	93,0	611,3	
Полдник	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	0,9	0,9	28,5	115,9	451
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	4,8	5	9	99	264
Итого за полдник		250	5,7	5,9	37,5	214,9	
Ужин	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,5	0,1	0,9	6	71
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,6	3,5	34,1	170,9	332
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8,3	6,1	12,7	162,1	264
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0	0	9,6	41,8	418
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
Итого за ужин		490	13,0	10,1	78,5	458,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1985	47,45	51,72	269,7	1764,4	



Заведующий МБДОУ д/с № 1 «Ручеек»

Детский сад № 1
 г. Короновка
 для документов

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ЯСЛИ 2-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,5	19,9	104,1	199
День 2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,2	98,9	414
Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		363	8,3	12,9	40,9	294,2	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак	:	100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,9	1,8	4,4	35,1	55
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	3,3	9,7	78,1	82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,7	15,8	110,0	339
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322
	КОМПОТ ИЗ С/Х	150	0,3	0,2	12,8	56,1	439
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	пром
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	пром
Итого за обед		560	12,1	15,6	70,2	470,1	
Полдник	ВАТРУШКАС ПОВИДЛОМ	40	0,7	0,9	22,3	91,3	441
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	4,3	4,5	8,1	89,1	264
Итого за полдник		220	5,0	5,4	30,4	180,4	
Ужин	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	40	0,3	0	0,6	4	71
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,6	2,6	20,5	107,0	332
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6,2	4,8	9,7	115,2	264
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0	0	8,6	37,0	418
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	пром
Итого за ужин		405	9,3	7,7	55,3	321,5	
ИТОГО ЗА ЛЕНЬ		1648	35,15	42,02	207,3	1338,8	



СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ д/с № 1 «Ручеек»
Короткая Е.А.



15 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (ГКП) ясли 2-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,5	19,9	104,1	199
День 2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,2	98,9	414
Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак	363	363	8,3	12,9	40,9	294,2	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак	:	100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,9	1,8	4,4	35,1	55
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	3,3	9,7	78,1	82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,7	15,8	110,0	339
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,2	12,8	56,1	439
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	пром
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	пром
Итого за обед		560	12,1	15,6	70,2	470,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1023	35,15	42,02	207,3	1338,8	

УТВЕРЖДЕНО

ИП Невская Т.Е.

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ д/с № 1 «Ручеек»
Короткая Е.А.

15 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюда (3-7 года) сад ГКП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	5,5	26,3	190,2	199
День 2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	14,9	110,7	414
Завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33	2,1	5,9	9	106,2	3
Итого за завтрак		413	11,4	14,7	50,2	407,1	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	2,6	6,5	52,8	55
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	3,9	11,6	92,6	82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,5	19,8	137,5	339
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,5	8,8	12,0	159,0	322
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,2	17,3	75,7	394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	пром
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	пром
Итого за обед		710	16,9	20,6	93,0	611,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1223	28,75	35,72	153,7	1091,0	