

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша "Дружба" со сливочным маслом	150	4,09	6,85	22,29	169,0	168
	Чай сладкий, конфета	150	0,59	0,87	24,76	72,8	392
	Хлеб пшенич	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
Итого на завтрак		320	5,59	8,30	57,33	294,2	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
Итого на второй завтрак		150	0,90	0,00	18,20	76,0	
Обед	Щи из свежей капусты на м/б со сметаной	150	1,04	2,93	5,90	61,0	67
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Картофель тушеный с мясом	150	18,80	5,10	15,00	180,00	100
	Соленые (свежие) томаты	40	0,50	0,07	1,40	9,20	71
	Кисель из клюквы	150	0,07	0,02	19,60	79,0	378
Итого на обед		520	22,39	8,48	51,92	381,4	
Полдник	Йогурт	110	2,80	2,50	4,50	56,5	401
	Сдоба обыкновенная	50	5,00	3,20	35,60	180,0	466
Итого на полдник		160	7,80	5,70	40,10	236,5	
Итого за первый день		1150	36,68	22,48	167,55	988,1	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100	17,50	12,00	17,10	343,27	237
	Кофейный напиток с молоком	150	2,40	2,10	12,00	76,0	395
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сливочное масло	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		275	21,44	18,28	39,45	504,67	
Второй завтрак	Фрукты (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	44,00	368
Итого на второй завтрак		150	0,40	0,40	9,80	44,0	
Обед	Суп картофельный с крупой и рыбой	150	1,50	2,20	10,60	66,0	80
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Ленивые голубцы	120	10,22	9,94	4,22	171,22	298
	Сметанный соус	30	0,40	1,50	1,80	22,20	354
	Салат из зеленого горошка консервированного	30	0,90	1,60	1,80	24,3	10
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,90	84,8	376
Итого на обед		510	15,33	15,61	49,34	420,7	
Полдник	Кисель фруктовый	150	1,01	0,50	21,76	84,14	384
	Гренки с сыром	35	5,50	5,60	21,00	164,0	117
Итого на полдник		185	6,51	6,10	42,76	248,1	
Итого за первый день		1120	43,68	40,39	141,35	1217,5	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная со сливочным маслом	150	3,50	3,70	19,70	126,0	168
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89,0	397
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сыр	10	2,32	2,95	0,00	36,0	7
Итого на завтрак		330	10,47	9,95	42,94	303,4	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,40	0,00	18,20	76,0	399
Итого на второй завтрак		150	0,40	0,00	18,20	76,0	
Обед	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	4,12	5,63	15,13	139,6	37
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Курица тушеная	60	17,65	14,58	4,70	221,00	301
	Сметанный соус	30	0,40	1,50	1,80	22,20	354
	Макаронные отварные	100	3,67	3,01	17,63	112,0	317
Компот из черной смородины	150	0,16	0,03	13,51	54,94	123	
Итого на обед		520	27,98	25,11	62,79	601,9	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Вафли	25	0,84	1,00	23,20	106,2	602
Итого на полдник		175	5,19	4,75	29,20	181,2	
Итого за первый день		1175	44,04	39,81	153,13	1162,5	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Омлет	85	6,52	1,57	13,46	157,0	215
	Кабачковая икра	30	0,33	1,90	2,40	28,0	53
	Кофейный напиток с молоком	150	2,40	2,10	12,00	76,0	395
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сливочное масло	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		290	10,79	9,75	38,21	346,4	
Второй завтрак	Фрукты (бананы)	150	1,50	0,54	21,00	95,0	368
Итого на второй завтрак		150	1,50	0,54	21,00	95,0	
Обед	Борщ с капустой, картофелем и мясом	150	1,30	3,50	9,10	73,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Рыба тушёная с овощами	60	5,94	3,42	1,54	61,00	301
	Картофельное пюре	100	2,04	3,20	13,62	92,0	321
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,90	84,8	376
Итого на обед		490	11,59	10,49	55,18	363,75	
Полдник	Компот клюквенный	150	0,16	0,03	13,51	54,94	123
	оладьи из печени	25	2,03	3,21	11,34	87,00	2
Итого на полдник		175	2,19	3,24	24,85	141,94	
Итого за первый день		1105	26,07	24,02	139,24	947,09	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Вермишель молочная	150	4,30	3,94	12,94	107,4	180
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89,0	397
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	масло сливочное	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		325	8,99	10,84	36,25	281,8	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
Итого на второй завтрак		150	0,90	0,00	18,20	76,0	
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	150	1,60	4,10	13,50	97,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	123
	Плов с мясом	150	14,17	11,96	25,08	164,00	304
	Соленый огурец	40	2,10	1,50	3,27	32,51	79
	Компот из апельсинов	150	0,33	0,08	25,49	97,95	374
Итого на обед		520	20,18	18,00	77,36	444,06	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Оладьи со сгущенным молоком	50	3,70	3,30	18,60	118,00	449
Итого на полдник		200	8,05	7,05	24,60	193,00	
Итого за первый день		1195	38,12	35,89	156,41	994,81	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6

МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Каша манная молочная со сливочным маслом	150	3,40	3,96	22,94	141,0	168
	Чай сладкий	150	0,05	0,01	8,30	33,0	392
	Печенье	25	2,25	2,94	22,32	125,1	604
Итого на завтрак		325	5,70	6,91	53,56	299,1	
Второй завтрак	Фрукты (груши)	150	0,40	0,30	10,30	46,0	368
Итого на второй завтрак		150	0,40	0,30	10,30	46,0	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и рыбными консервами	150	1,20	3,50	6,20	61,0	67
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Печень тушеная в сметанном соусе	60	4,50	5,70	1,85	123,60	152
	Рис	100	2,43	3,58	24,45	140,0	315
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,90	84,8	376
Итого на обед		490	10,44	13,15	63,42	461,55	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Гренки с сыром	35	5,50	5,60	21,00	164,0	117
Итого на полдник		185	9,85	9,35	27,00	239,00	
Итого за первый день		1150	26,39	29,71	154,28	1045,65	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6

МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 7							
Завтрак	Запеканка из творога со сгущеным	140	26,30	18,10	25,70	475,3	237
	Кофейный напиток с молоком	150	2,40	2,10	12,00	76,0	395
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сливочное масло	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		315	30,24	24,38	48,05	636,7	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
Итого на второй завтрак		150	0,90	0,00	18,20	76,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	3,29	3,07	9,79	81,0	81
	Хлеб ржаной и	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Запеканка картофельная с мясом	150	8,91	6,59	20,43	177,00	291
	капуста квашеная	40	1,10	0,00	1,30	10,0	47
	Напиток лимонный	150	0,11	0,010	18,32	72,0	282
Итого на обед		520	15,39	10,03	59,86	392,20	
Полдник	Компот клюквенный	150	0,16	0,03	13,51	54,94	123
	Пряник	20	0,96	0,56	13,60	63,0	2
Итого на полдник		170	1,12	0,59	27,11	117,94	
Итого за первый день		1155	47,65	35,00	153,22	1222,84	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
 МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	Каша рисовая со сливочным маслом	150	2,60	3,10	24,10	133,0	168
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89,0	397
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сыр	10	2,32	2,95	0,00	36,0	7
Итого на завтрак		330	9,57	9,35	47,34	310,4	
Второй завтрак	Фрукты (бананы)	150	1,50	0,54	21,00	95,0	368
Итого на второй завтрак		150	1,50	0,54	21,00	95,0	
Обед	Суп "Крестьянский" с крупой	150	1,38	4,64	9,25	84,4	98
	Хлеб ржаной и	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Котлета из курицы	60	9,70	8,90	10,10	159,00	305
	Сметанный соус	30	0,40	1,50	1,80	22,20	354
	Гречка	150	5,73	4,06	25,76	162,0	313
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,90	84,8	376
Итого на обед		570	19,52	19,47	77,83	564,50	
Полдник	Йогурт	110	2,80	2,50	4,50	56,5	401
	Оладьи со сгущенным молоком	50	3,70	3,30	18,60	118,0	449
Итого на полдник		160	6,50	5,80	23,10	174,50	
Итого за первый день		1210	37,09	35,16	169,27	1144,40	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 9							
Завтрак	Омлет	85	6,52	1,57	13,46	157,0	215
	Кабачковая икра	30	0,33	1,90	2,40	28,0	53
	Кофейный напиток с молоком	150	2,40	2,10	12,00	76,0	395
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Сливочное масло	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		290	10,79	9,75	38,21	346,4	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
Итого на второй завтрак		150	0,90	0,00	18,20	76,0	
Обед	Суп молочный с овощами и яйцом	150	4,20	4,00	12,20	100,0	97
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Котлета мясная	60	11,92	8,80	11,64	173,00	282
	Макароны отварные	150	5,50	4,57	26,44	168,0	317
	Чай с лимоном сладкий	150	0,07	0,010	7,10	29,0	392
Итого на обед		540	23,67	17,74	67,40	522,20	
Полдник	Кисель фруктовый	150	1,01	0,50	21,76	84,14	384
	Винегрет овощной	40	0,54	2,47	3,37	36,7	45
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
Итого на полдник		210	3,05	3,55	35,41	173,26	
Итого за первый день		1190	38,41	31,04	159,22	1117,86	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 6
МБ ДОУ Починковский детский сад № 6



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 10							
	Каша гречневая на молоке	150	6,60	5,90	28,40	193,5	168
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89,0	397
	Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,4	125
	Масло сливочное	5	0,04	3,60	0,07	33,0	6
Итого на завтрак		325	11,29	12,80	51,71	367,9	
Второй завтрак	Фрукты (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	44,0	368
Итого на второй завтрак		150	0,40	0,40	9,80	44,0	
Обед	Борщ с капустой, картофелем и мясом	150	1,30	3,50	9,10	73,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Рыба тушеная с овощами	60	5,94	3,42	1,54	61,00	301
	Картофельное пюре	100	2,04	3,20	13,62	92,0	321
	Соленый томат	40	0,60	0,00	1,38	7,98	81
	Компот из черной смородины	150	0,60	0,03	13,51	54,94	123
Итого на обед		530	12,46	10,51	49,17	341,92	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Булочка молочная	50	4,64	0,99	26,11	132,0	479
	Конфеты	20	0,54	0,86	16,46	72,80	331
Итого на полдник		220	9,53	5,60	48,57	279,80	
Итого за первый день		1225	33,68	29,31	159,25	1033,62	
Итого за десять дней		11675	371,80	322,81	1552,91	10874,39	
Итого		1167,5	37,18	32,28	155,29	1087,44	