



Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд Муниципального бюджетного дошкольного образовательного**

**учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское**

**Возрастная категория: 1- 3 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурь
			белки	жиры	углевод ы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	150	5.5	6.5	22.2	169.3	273
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	2.7	3.8	7.5	75.0	97
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	378
итого за завтрак		<b>360</b>	<b>8,4</b>	<b>10,3</b>	<b>37,9</b>	<b>278,8</b>	
Второй завтрак	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0.4	1.7	2.5	26.9	52
	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180	1.6	3.6	11.0	82.8	119
	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	7.4	5.7	6.2	105.7	404
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ	110	3.2	4.6	16.9	121.7	205
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	<b>150</b>	<b>0.1</b>	<b>0.0</b>	<b>17.2</b>	<b>69.2</b>	<b>527</b>
итого за обед		<b>590</b>	<b>16,4</b>	<b>17,6</b>	<b>73,2</b>	<b>516,7</b>	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	30	1.02	2.3	15.4	86,8	609
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
итого за полдник		<b>210</b>	<b>16,2</b>	<b>6,8</b>	<b>24,1</b>	<b>183,1</b>	
Ужин	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0.2	1.5	1.7	21.1	47
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	50	1.7	4.9	3.3	64.1	297
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	0.9	2.6	18.1	99.4	310
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0	20	80.5	401
итого за ужин		<b>420</b>	<b>5,2</b>	<b>9,2</b>	<b>57,6</b>	<b>334,1</b>	
Итого за день:		<b>1680</b>	<b>46,7</b>	<b>44,2</b>	<b>205,4</b>	<b>1367,8</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	200	8.2	8.0	23.6	199.2	273
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	3.3	5.1	10.2	99.9	97
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.3	0.0	13.8	56.4	378
итого за завтрак		<b>440</b>	<b>11.8</b>	<b>13.1</b>	<b>47.6</b>	<b>355.5</b>	
Второй завтрак	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0.6	2.0	4.1	36.8	52
	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180	1.6	3.6	11.0	82.8	119
	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	10.2	8.4	8.3	149.6	404
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3.9	6.2	25.9	175.0	297
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.2	0.0	19.5	78.8	394
итого за обед		<b>700</b>	<b>20.8</b>	<b>22.4</b>	<b>95.5</b>	<b>666,8</b>	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,7	3,9	25,7	144.7	609
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.77	5.02	9.66	106.87	385
итого за полдник		<b>250</b>	<b>7.5</b>	<b>8.9</b>	<b>35.4</b>	<b>251.6</b>	
Ужин	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	1.25	1.9	2.1	26.4	47
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70	2.3	5.6	5.4	81.2	297
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.0	4.6	23.8	144.6	310
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0	20	80.5	401
итого за ужин		<b>490</b>	<b>8.8</b>	<b>12.4</b>	<b>55.5</b>	<b>444.6</b>	
Итого за день:		<b>1980</b>	<b>49.4</b>	<b>57.1</b>	<b>246.6</b>	<b>1773.6</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ	150/30	7.0	7.0	15.0	151.0	319
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.4	2.6	15.4	90.6	100
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2.2	2.1	16.8	94.9	432
итого за завтрак		<b>380</b>	<b>10,60</b>	<b>11,7</b>	<b>47,2</b>	<b>336,5</b>	
Второй завтрак	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	170	0.8	0.1	22.9	95.7	389
итого за второй завтрак		<b>170</b>	<b>0.8</b>	<b>0.1</b>	<b>22.9</b>	<b>95.7</b>	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0.2	0.1	0.7	4.5	112
	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.2	5.5	5.0	74.3	131
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	9.4	7.5	15.4	166.7	352
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	0.6	3.8	16.5	102.6	335
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	15.0	62.6	394
итого за обед		<b>590</b>	<b>14,9</b>	<b>17,6</b>	<b>70,2</b>	<b>498,8</b>	
Полдник	ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬЮ	50	2.3	3.9	22.1	132.7	562
	КЕФИР 2,5%	160	4.6	4.0	6.4	80.0	435
итого за полдник		<b>210</b>	<b>6,9</b>	<b>7,9</b>	<b>28,5</b>	<b>212,7</b>	
Ужин	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1.1	0.6	5.4	31.4	2
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5.2	6.1	4.5	93.7	307
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	412
итого за ужин		<b>400</b>	<b>8,8</b>	<b>6,9</b>	<b>32,6</b>	<b>228,6</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1750</b>	<b>42</b>	<b>44,2</b>	<b>201,4</b>	<b>1372,3</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ	200/30	9.7	8.0	22.8	202.0	319
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1.6	4.7	20.2	129.5	100
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.2	2.7	22.0	125.1	432
<b>итого за завтрак</b>		<b>480</b>	<b>14.5</b>	<b>15.4</b>	<b>65.0</b>	<b>456.6</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.1	27.0	112.9	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1.0</b>	<b>0.1</b>	<b>27.0</b>	<b>112.9</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.4	0.1	1.3	7.7	112
	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.2	5.5	5.0	74.3	131
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	11.2	10.6	18.2	213.0	352
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	1.6	4.8	22.0	137.8	335
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	15.0	62.6	394
<b>итого за обед</b>		<b>680</b>	<b>18.5</b>	<b>21.9</b>	<b>86.4</b>	<b>616.9</b>	
<b>Полдник</b>	ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬЮ	80	3.9	5.6	32.7	196.8	562
	КЕФИР 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.1	435
<b>итого за полдник</b>		<b>260</b>	<b>9.1</b>	<b>10.1</b>	<b>39.9</b>	<b>286.9</b>	
<b>Ужин</b>	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	2.9	0.9	6.1	44.1	2
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5.2	6.1	4.5	93.7	307
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.4	0.0	9.5	39.6	412
<b>итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>11.6</b>	<b>7.3</b>	<b>44.3</b>	<b>289.3</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2070</b>	<b>54.7</b>	<b>54.8</b>	<b>262.6</b>	<b>1762.3</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			белки	жиры	углевод ы		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Завтрак	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	8.6	7.7	21.2	188.5	266
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2.4	5.1	26.2	160.3	2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.4	0.0	9.5	39.6	412
итого за завтрак		<b>450</b>	<b>11.4</b>	<b>12.8</b>	<b>56.9</b>	<b>388.4</b>	
Второй завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКОМ	50	0.5	0.3	3.2	17.5	75
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ	200	3.9	6.9	24.8	176.9	164
	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8.9	8.0	14.3	164.8	294
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	40	0.6	3.0	2.4	39.0	374
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4.0	5.8	16.6	134.6	243
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	180	0.2	0.2	16.0	66.6	1
итого за обед		<b>720</b>	<b>22.0</b>	<b>24.9</b>	<b>102.2</b>	<b>720.9</b>	
Полдник	БЛИНЧИКИ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/30	2.0	3.9	26.9	150.7	430
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
итого за полдник		<b>270</b>	<b>7.2</b>	<b>8.4</b>	<b>35.6</b>	<b>247</b>	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	2.7	4.9	15.6	117.3	245
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	1.6	5.3	15.1	114.5	428
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.9	0.1	26.7	111.3	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
итого за ужин		<b>460</b>	<b>8.3</b>	<b>10.6</b>	<b>81.6</b>	<b>455</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2000</b>	<b>49.4</b>	<b>57</b>	<b>288.9</b>	<b>1866.4</b>	

Утверждено:  
 приказом заведующего МБДОУ детского  
 сада № 3 с. Таремское  
 от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню

### Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
 учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			белки	жиры	углевод ы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 3</b>							
Завтрак	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	6.3	6.9	17.0	155.3	266
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.2	3.3	15.0	94.5	2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	412
итого за завтрак		<b>360</b>	<b>7,7</b>	<b>10,2</b>	<b>40,2</b>	<b>284,3</b>	
Второй завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>	<b>12.4</b>	<b>55.2</b>	
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКОМ	30	0.4	0.1	2.2	11.3	75
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ	180	2.0	3.5	13.6	93.9	164
	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6.7	5.4	7.0	103.4	294
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3.4	4.9	14.1	114.1	243
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ	180	0.2	0.2	16.0	66.6	1
итого за обед		<b>620</b>	<b>16,4</b>	<b>16,1</b>	<b>72,3</b>	<b>499,7</b>	
Полдник	БЛИНЧИКИ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/30	2.0	3.9	26.9	150.7	430
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4.6	4.0	7.7	85.5	385
итого за полдник		<b>270</b>	<b>6.6</b>	<b>7.9</b>	<b>34.6</b>	<b>247</b>	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	1.6	3.4	10.6	79.4	245
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	0.8	2.6	12.1	74.8	428
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0.7	0.1	22.7	94.5	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
итого за ужин		<b>380</b>	<b>5,4</b>	<b>6,3</b>	<b>59,9</b>	<b>317,7</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1730</b>	<b>36.6</b>	<b>40.9</b>	<b>219.4</b>	<b>1403.1</b>	

Утверждено:  
 приказом заведующего МБДОУ детского  
 сада № 3 с. Таремское  
 от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
 учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское  
 Возрастная категория: 1- 3 лет  
 Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 4</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4.0	5.6	16.0	130.4	268
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2.8	2.5	7.4	63.3	97
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	378
<b>итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>7.0</b>	<b>8.1</b>	<b>31.6</b>	<b>228.2</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	1.9	2.1	3.5	40.5	12
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.5	4.2	20.5	125.8	98
	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	50	7.9	4.4	2.2	80	259
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2.6	6.9	17.3	141.7	141
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
<b>итого за обед</b>		<b>590</b>	<b>17.3</b>	<b>18.2</b>	<b>75.1</b>	<b>533.4</b>	
<b>Полдник</b>	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	2.0	3.9	26.9	150.7	430
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2.0	2.6	6.0	55.4	382
<b>итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>4.0</b>	<b>6.5</b>	<b>32.9</b>	<b>206.1</b>	
<b>Ужин</b>	СВЁКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,5	0	1.7	19.9	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	5.5	9.8	18.9	185.8	291
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
<b>итого за ужин</b>		<b>430</b>	<b>13.9</b>	<b>16.0</b>	<b>45.6</b>	<b>393.3</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1700</b>	<b>42,7</b>	<b>49.1</b>	<b>197.8</b>	<b>1219.5</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5.0	6.4	23.6	172.0	268
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	3.0	2.9	9.4	75.7	97
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.3	0.0	13.8	56.4	378
<b>итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>8.3</b>	<b>9.3</b>	<b>46.8</b>	<b>304.1</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	50	1.9	2.1	3.7	41.3	12
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.5	4.2	20.5	125.8	98
	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	70	11.6	6.7	3.1	119.4	283
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3.1	8.2	20.4	167.5	141
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
<b>итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>22.1</b>	<b>22.0</b>	<b>86.6</b>	<b>632.8</b>	
<b>Полдник</b>	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	2.8	5.5	37.7	211	430
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.1	3.0	9.0	75.4	382
<b>итого за полдник</b>		<b>270</b>	<b>5.9</b>	<b>8.5</b>	<b>46.7</b>	<b>286.4</b>	
<b>Ужин</b>	СВЁКЛА ОТВАРНАЯ	60	0.7	-	2.6	29.8	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	6.5	12.5	23.0	230.5	291
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
<b>итого за ужин</b>		<b>480</b>	<b>15.9</b>	<b>18.8</b>	<b>60.3</b>	<b>490.8</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1950</b>	<b>52.7</b>	<b>58.9</b>	<b>253</b>	<b>1769.2</b>	



Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	5.5	5.8	4.9	93.8	308
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.4	2.6	15.4	90.6	100
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2.2	2.1	16.8	94.9	432
<b>итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9.1</b>	<b>10.5</b>	<b>37.1</b>	<b>279.3</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0.7	0.1	22.7	94.5	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>170</b>	<b>0.7</b>	<b>0.1</b>	<b>22.7</b>	<b>94.5</b>	
<b>Обед</b>	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	30	0.4	0.0	2.0	9.9	
	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ	180	1,8	4,6	12,32	97,7	82
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7.6	7.9	13.5	155.5	268
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	110	2.6	2.5	15.2	93.6	311
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.2	0.0	14.0	56.8	531
<b>итого за обед</b>		<b>560</b>	<b>15.9</b>	<b>15.5</b>	<b>74.6</b>	<b>501.6</b>	
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	130	1.6	3.3	24.0	132.1	169
	РЯЖЕНКА 2,5%	160	4.6	4.0	6.4	80.0	435
<b>итого за полдник</b>		<b>290</b>	<b>6.2</b>	<b>7.3</b>	<b>30.4</b>	<b>212.1</b>	
<b>Ужин</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0.6	2.7	2.3	35.9	57
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	50	4.0	4.5	4.9	76.1	243
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3.2	4.2	17.0	118.6	248
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	412
<b>итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>10.3</b>	<b>11.6</b>	<b>46.9</b>	<b>334.1</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1770</b>	<b>42.2</b>	<b>45.0</b>	<b>211.7</b>	<b>1421.6</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	6.5	5.8	4.9	97.8	308
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1.6	4.7	20.2	129.5	100
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.2	2.7	22.0	125.1	432
<b>итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11.3</b>	<b>13.2</b>	<b>47.1</b>	<b>352.4</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.9	0.1	26.7	111.3	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0.9</b>	<b>0.1</b>	<b>26.7</b>	<b>111.3</b>	
<b>Обед</b>	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	50	0.7	0.3	4.1	26.8	
	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ	180	1,8	4,6	12,32	97,7	82
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10.8	8.3	15.6	180.3	268
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	150	2.5	6.1	22.2	153.7	311
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5	0.0	19.6	80.4	531
<b>итого за обед</b>		<b>680</b>	<b>20.2</b>	<b>20.0</b>	<b>98.7</b>	<b>660.4</b>	
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	150	3.8	5.6	28.3	178.8	169
	РЯЖЕНКА 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.1	435
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>9.0</b>	<b>10.1</b>	<b>35.5</b>	<b>268.9</b>	
<b>Ужин</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1.1	5.2	4.6	69.3	57
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	70	5.8	5.5	6.0	96.7	243
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3.4	4.5	24.5	152.1	248
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.4	0.0	9.5	39.6	412
<b>итого за ужин</b>		<b>500</b>	<b>13.8</b>	<b>15.5</b>	<b>68.8</b>	<b>469.6</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2110</b>	<b>55.2</b>	<b>58.9</b>	<b>276.8</b>	<b>1862.6</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 6</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША РИСОВАЯ	150	5.8	6.7	21.0	167.5	274
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	2.7	3.8	7.5	75.0	97
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	9.9	39.9	412
<b>итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>8.6</b>	<b>10.5</b>	<b>38.4</b>	<b>282.4</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	170	0.8	0.1	22.9	95.7	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>170</b>	<b>0.8</b>	<b>0.1</b>	<b>22.9</b>	<b>95.7</b>	
<b>Обед</b>	ВИНЕГРЕТ	30	0,41	1,85	2,53	28,44	46
	СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ	180	2.3	4.2	11.9	94.6	108
	АЗУ С МЯСОМ	130	8.5	11.0	20.4	214.6	370
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	15.0	62.6	394
<b>итого за обед</b>		<b>560</b>	<b>14.71</b>	<b>17.75</b>	<b>67.43</b>	<b>488.34</b>	
<b>Полдник</b>	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	2.5	3.9	22.6	135.5	229
	КЕФИР 2,5%	160	4.6	4.0	6.4	80.0	435
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>7.1</b>	<b>7.9</b>	<b>29.0</b>	<b>215.5</b>	
<b>Ужин</b>	СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	3.9	5.1	2.7	72.3	268
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	0.7	2.4	11.1	68.6	428
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
<b>итого за ужин</b>		<b>400</b>	<b>12.5</b>	<b>13.7</b>	<b>38.8</b>	<b>328.5</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1810</b>	<b>43.7</b>	<b>50.0</b>	<b>196.5</b>	<b>1410.4</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 6</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША РИСОВАЯ	200	7.4	7.4	26.0	200.2	274
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	3.3	5.1	10.2	99.9	97
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	10.8	43.6	412
<b>итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>10.8</b>	<b>12.5</b>	<b>47.0</b>	<b>343.7</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.1	27.0	112.9	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1.0</b>	<b>0.1</b>	<b>27.0</b>	<b>112.9</b>	
<b>Обед</b>	ВИНЕГРЕТ	50	0,68	3.1	4.2	47.4	46
	СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ	180	2.3	4.2	11.9	94.6	108
	АЗУ С МЯСОМ	150	9.9	12.8	24.1	251.2	260
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	15.0	62.6	394
<b>итого за обед</b>		<b>610</b>	<b>17.0</b>	<b>21.0</b>	<b>80.1</b>	<b>577.3</b>	
<b>Полдник</b>	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	3.9	5.4	29.6	182.6	229
	КЕФИР 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.1	435
<b>итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>9.1</b>	<b>9.9</b>	<b>36.8</b>	<b>272.7</b>	
<b>Ужин</b>	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	5.3	8.2	4.2	111.8	268
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	22.3	372
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	1.6	5.3	15.1	114.5	428
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
<b>итого за ужин</b>		<b>470</b>	<b>15.6</b>	<b>19.8</b>	<b>54.0</b>	<b>456.8</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2100</b>	<b>53.5</b>	<b>63.3</b>	<b>244.9</b>	<b>1763.4</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 7</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	4,3	3,9	14,1	108,9	100
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.4	2.6	15.4	90.6	100
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	378
<b>итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>5.9</b>	<b>6.5</b>	<b>37.7</b>	<b>234</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>	<b>12.4</b>	<b>55.2</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0.2	1.5	1.7	21.1	47
	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.6	3.7	14.7	98.5	136
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ И СОУСОМ	150/30	8.8	12.5	28.7	262.5	291
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0.1	0.1	14	57.3	520
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
<b>итого за обед</b>		<b>620</b>	<b>14</b>	<b>18.3</b>	<b>76.7</b>	<b>527.5</b>	
<b>Полдник</b>	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	50	2.2	3.7	28.0	154.1	589
	РЯЖЕНКА 2,5%	160	4.6	4.0	6.4	80.0	435
<b>итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>6.8</b>	<b>7.7</b>	<b>34.4</b>	<b>234.1</b>	
<b>Ужин</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0.3	0.1	0.9	6.0	112
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5.3	6.2	6.6	103.4	351
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2.2	5.6	18.6	133.6	323
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	412
<b>итого за ужин</b>		<b>430</b>	<b>10.3</b>	<b>12.1</b>	<b>48.8</b>	<b>346.5</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1720</b>	<b>37.5</b>	<b>45</b>	<b>210</b>	<b>1387.3</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 7</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ	200	5,7	5.2	18.8	145.2	101
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1.6	4.7	20.2	129.5	100
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.3	0.0	13.8	56.4	378
<b>итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>7.6</b>	<b>9.9</b>	<b>52.8</b>	<b>331.1</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>	<b>12.4</b>	<b>55.2</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0.4	2.0	2.9	31.2	47
	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.6	3.7	14.7	98.5	136
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ И СОУСОМ	150/30	8.8	12.5	28.7	262.5	291
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
<b>итого за обед</b>		<b>650</b>	<b>14.8</b>	<b>19.0</b>	<b>85.2</b>	<b>571.0</b>	
<b>Полдник</b>	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	60	2.9	5.5	35.0	201.1	589
	РЯЖЕНКА 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.1	435
<b>итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>8.1</b>	<b>10.0</b>	<b>42.2</b>	<b>291.2</b>	
<b>Ужин</b>	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.4	0.1	1.3	7.7	112
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	6.1	6.9	7.5	116.5	351
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2.9	8.0	20.0	163.6	323
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.4	0.0	9.5	39.6	412
<b>итого за ужин</b>		<b>490</b>	<b>12.9</b>	<b>15.3</b>	<b>62.5</b>	<b>439.3</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1930</b>	<b>43.9</b>	<b>54.6</b>	<b>255.1</b>	<b>1687.8</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 8</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6.7	6.9	17.6	159.3	324
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.4	2.6	15.4	90.6	100
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2.0	2.6	6.0	55.4	382
<b>итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>10.1</b>	<b>12.1</b>	<b>39.0</b>	<b>305.3</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0.7	0.1	22.7	94.5	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>170</b>	<b>0.7</b>	<b>0.1</b>	<b>22.7</b>	<b>94.5</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0.4	1.5	1.9	22.7	41
	СУП С РЫБОЙ	180	2.2	3.0	8.0	67.8	87
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7.6	7.9	13.5	155.5	268
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	0.7	2.4	11.1	68.6	428
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.1	0.0	17.2	69.2	394
<b>итого за обед</b>		<b>560</b>	<b>14.3</b>	<b>15.3</b>	<b>69.3</b>	<b>471.9</b>	
<b>Полдник</b>	ПЕЧЕНЬЕ	30	1.02	2.3	15.4	86,8	609
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
<b>итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>16,2</b>	<b>6,8</b>	<b>24,1</b>	<b>183,1</b>	
<b>Ужин</b>	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1.1	0.6	5.4	31.4	2
	ОМЛЕТ С МЯСОМ	150	6.6	11.2	5.5	149.2	217
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	19.3	91.8	114
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
<b>итого за ужин</b>		<b>410</b>	<b>10.9</b>	<b>12.2</b>	<b>44.2</b>	<b>329.7</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1700</b>	<b>52.2</b>	<b>46.5</b>	<b>199.3</b>	<b>1384.5</b>	

Утверждено:  
 приказом заведующего МБДОУ  
 детского сада № 3 с. Таремское  
 от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню  
 Меню приготавливаемых блюд**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
 учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 8</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7.8	7.3	21.0	180.9	206
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1.6	4.7	20.2	129.5	100
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.1	3.0	9.0	75.4	382
<b>итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>12.5</b>	<b>15.0</b>	<b>50.2</b>	<b>385.8</b>	
<b>Второй завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.9	0.1	26.7	111.3	389
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0.9</b>	<b>0.1</b>	<b>26.7</b>	<b>111.3</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0.7	3.3	4.1	48.9	41
	СУП С РЫБОЙ	180	2.2	3.0	8.0	67.8	87
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	10.8	8.3	15.6	180.3	268
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	1.0	4.5	13.3	97.7	428
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.2	0.0	19.5	78.8	394
<b>итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>18.8</b>	<b>19.8</b>	<b>85.4</b>	<b>59.5</b>	
<b>Полдник</b>	ПЕЧЕНЬЕ	50	1,7	3,9	25,7	144.7	609
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.77	5.02	9.66	106.87	385
<b>итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>7.5</b>	<b>8.9</b>	<b>35.4</b>	<b>251.6</b>	
<b>Ужин</b>	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	2.9	0.9	6.1	44.1	2
	ОМЛЕТ С МЯСОМ	170	8.6	12.9	6.9	178.1	217
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
<b>итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>14.7</b>	<b>14.2</b>	<b>51.2</b>	<b>391.4</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2010</b>	<b>54.4</b>	<b>58.0</b>	<b>248.9</b>	<b>1199.6</b>	



Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 9</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ПШЕННАЯ	150	4.0	4.7	14.8	117.5	186
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2.8	2.5	7.4	63.3	97
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2.2	2.1	16.8	94.9	432
<b>итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9.0</b>	<b>18.3</b>	<b>39.0</b>	<b>275.7</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
<b>Обед</b>	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.3	0.1	1.1	6.5	112
	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	3.9	4.1	13.6	106.9	89
	РЫБА ОТВАРНАЯ	50	7.4	4.9	11.9	121.3	338
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.3	5.2	21.9	148.1	297
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
<b>итого за обед</b>		<b>590</b>	<b>18.3</b>	<b>33.2</b>	<b>80.1</b>	<b>528.2</b>	
<b>Полдник</b>		140	3.4	4.0	3.3	62.8	307
		160	4.6	4.0	6.4	80.0	435
<b>итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>8.0</b>	<b>8.0</b>	<b>9.7</b>	<b>142.8</b>	
<b>Ужин</b>	ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	40	0.3	0.1	0.7	4.9	113
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	5.1	7.9	4.7	110.3	406
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2.6	6.9	17.3	141.7	141
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.5	69.0	114
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	378
<b>итого за ужин</b>		<b>420</b>	<b>10.5</b>	<b>25.6</b>	<b>15.1</b>	<b>360.4</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1760</b>	<b>46.3</b>	<b>85.4</b>	<b>156.5</b>	<b>1362.2</b>	

Утверждено:  
 приказом заведующего МБДОУ  
 детского сада № 3 с. Таремское  
 от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню  
 Меню приготавливаемых блюд**

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
 учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское**

**Возрастная категория: 3-7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 9</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ПШЕННАЯ	200	5.5	6.9	24.4	181.7	186
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	3.0	2.9	9.4	75.7	97
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.2	2.7	22.0	125.1	432
<b>итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>24.2</b>	<b>12.5</b>	<b>55.8</b>	<b>382.5</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.5	0.3	12.6	55.1	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.3</b>	<b>12.6</b>	<b>55.1</b>	
<b>Обед</b>	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	1.5	3.8	2.1	48.6	112
	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	3.9	4.1	13.6	106.9	89
	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	9.5	7.2	13.6	157.2	338
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3.9	6.2	25.9	175.0	297
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.0	57.3	520
<b>итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>22.8</b>	<b>22.1</b>	<b>94.1</b>	<b>666.5</b>	
<b>Полдник</b>	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5.2	6.1	4.5	93.7	307
	КЕФИР 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.1	435
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>10.4</b>	<b>10.6</b>	<b>11.7</b>	<b>183.8</b>	
<b>Ужин</b>	ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	0.4	0.1	0.9	6.1	113
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	6.8	10.1	5.9	141.7	406
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3.1	8.2	20.4	167.5	141
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.3	0.0	13.8	56.4	378
<b>итого за ужин</b>		<b>510</b>	<b>13.4</b>	<b>18.7</b>	<b>65.2</b>	<b>483.6</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2040</b>	<b>71.3</b>	<b>64.2</b>	<b>239.4</b>	<b>1771.5</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

## Основное меню Меню приготавливаемых блюд

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское

Возрастная категория: 1- 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 10</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6.3	7.0	17.6	158.6	272
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.2	3.3	15.0	94.5	2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.0	8.2	34.5	412
<b>итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>7.7</b>	<b>10.3</b>	<b>40.8</b>	<b>287.6</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>	<b>12.4</b>	<b>55.2</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0.5	1.6	2.0	24.4	10
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ	180	1.5	6.5	15.4	126.1	67
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	130	10.1	9.5	24.2	222.7	321
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.2	0.0	14.0	56.8	531
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.3	0.5	17.6	88.1	115
<b>итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>15.6</b>	<b>18.1</b>	<b>73.2</b>	<b>518.1</b>	
<b>Полдник</b>	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3.2	3.7	25.6	148.5	436
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2.0	2.6	6.0	55.4	382
<b>итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>5.2</b>	<b>6.3</b>	<b>31.6</b>	<b>103.9</b>	
<b>Ужин</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0.4	1.7	2.5	26.9	52
	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	50	1.8	3.4	6.8	65.0	385
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	0.6	3.8	16.5	102.6	335
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.2	4.5	8.7	96.3	385
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	19.3	91.8	114
<b>итого за ужин</b>		<b>410</b>	<b>16.9</b>	<b>18.2</b>	<b>60.5</b>	<b>473.1</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1620</b>	<b>40.1</b>	<b>53.3</b>	<b>218.5</b>	<b>1437.9</b>	

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада № 3 с. Таремское  
от 01 февраля 2024 года №54

**Основное меню**  
**Меню приготавливаемых блюд**  
**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного**  
**учреждения детского сада №3 «Улыбка» с. Таремское**

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес Блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 10</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7.4	7.6	19.8	177.2	272
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2.4	5.1	26.2	160.3	2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.4	0.0	9.5	39.6	412
<b>итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>10.2</b>	<b>12.7</b>	<b>55.5</b>	<b>377.1</b>	
<b>Второй завтрак</b>	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.5	0.4	12.4	55.2	386
<b>итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.4</b>	<b>12.4</b>	<b>55.2</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1.5	2.6	4.0	45.4	10
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ	180	1.5	6.5	15.4	126.1	67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.9	0.7	24.9	121.5	115
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	13.1	13.9	29.8	296.7	321
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5	0.0	19.6	80.4	531
<b>итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>20.5</b>	<b>23.7</b>	<b>93.7</b>	<b>670.1</b>	
<b>Полдник</b>	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4.5	5.5	35.3	208.7	436
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.1	3.0	9.0	75.4	382
<b>итого за полдник</b>		<b>260</b>	<b>7.6</b>	<b>8.5</b>	<b>44.3</b>	<b>284.1</b>	
<b>Ужин</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0.6	2.0	4.1	36.8	52
	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	70	2.3	4.0	7.7	76.0	385
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	1.4	4.2	19.1	119.8	335
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.3	24.2	111.9	114
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.8	5.0	9.7	106.9	385
<b>итого за ужин</b>		<b>490</b>	<b>13.2</b>	<b>15.5</b>	<b>64.8</b>	<b>451.4</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1960</b>	<b>52.0</b>	<b>60.8</b>	<b>270.7</b>	<b>1837.9</b>	

