

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
 МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 10</b>							
	Каша рисовая вязкая	150	2,60	31,00	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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>330</b>	<b>9,57</b>	<b>37,25</b>	<b>47,34</b>	<b>310,4</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	44,0	368
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,0</b>	
<b>Обед</b>	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
<b>Итого на обед</b>		<b>530</b>	<b>12,46</b>	<b>10,51</b>	<b>49,17</b>	<b>341,92</b>	
<b>Полдник</b>	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Сдоба обыкновенная	50	3,90	2,40	26,20	141,0	466
	Конфеты	20	0,54	0,86	16,46	72,80	331
<b>Итого на полдник</b>		<b>220</b>	<b>8,79</b>	<b>7,01</b>	<b>48,66</b>	<b>288,80</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1230</b>	<b>31,22</b>	<b>55,17</b>	<b>154,97</b>	<b>985,12</b>	
<b>Итого за десять дней</b>		<b>11690</b>	<b>384,27</b>	<b>811,39</b>	<b>1532,87</b>	<b>11057,06</b>	
<b>Итого</b>		<b>1169</b>	<b>38,43</b>	<b>81,14</b>	<b>153,29</b>	<b>1105,71</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 2</b>							
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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>275</b>	<b>21,44</b>	<b>18,28</b>	<b>39,45</b>	<b>504,67</b>	
Второй завтрак	Фрукты (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	44,00	368
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,0</b>	
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
<b>Итого на обед</b>		<b>510</b>	<b>15,33</b>	<b>15,61</b>	<b>49,34</b>	<b>420,7</b>	
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
<b>Итого на полдник</b>		<b>185</b>	<b>6,51</b>	<b>6,10</b>	<b>42,76</b>	<b>248,1</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1120</b>	<b>43,68</b>	<b>40,39</b>	<b>141,35</b>	<b>1217,5</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 3</b>							
Завтрак	Каша вязкая пшеница 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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>330</b>	<b>10,47</b>	<b>9,95</b>	<b>42,94</b>	<b>303,4</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,40	0,00	18,20	76,0	399
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,40</b>	<b>0,00</b>	<b>18,20</b>	<b>76,0</b>	
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
	Макароны 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
<b>Итого на обед</b>		<b>520</b>	<b>27,98</b>	<b>25,11</b>	<b>62,79</b>	<b>601,9</b>	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Вафли	25	0,84	1,00	23,20	106,2	602
<b>Итого на полдник</b>		<b>175</b>	<b>5,19</b>	<b>4,75</b>	<b>29,20</b>	<b>181,2</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1175</b>	<b>44,04</b>	<b>39,81</b>	<b>153,13</b>	<b>1162,5</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 4</b>							
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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>290</b>	<b>10,79</b>	<b>9,75</b>	<b>38,21</b>	<b>346,4</b>	
Второй завтрак	Фрукты (бананы)	150	1,50	0,54	21,00	95,0	368
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>1,50</b>	<b>0,54</b>	<b>21,00</b>	<b>95,0</b>	
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
<b>Итого на обед</b>		<b>490</b>	<b>11,59</b>	<b>10,49</b>	<b>55,18</b>	<b>363,75</b>	
Подник	Компот клюквенный	150	0,16	0,03	13,51	54,94	123
	Батон с повидлом	25	2,03	3,21	11,34	87,0	2
<b>Итого на подник</b>		<b>175</b>	<b>2,19</b>	<b>3,24</b>	<b>24,85</b>	<b>141,9</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1105</b>	<b>26,07</b>	<b>24,02</b>	<b>139,24</b>	<b>947,1</b>	

**АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



**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		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 5</b>							
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
	Сыр	10	2,32	2,95	0,00	36,0	7
<b>Итого на завтрак</b>		<b>330</b>	<b>11,27</b>	<b>10,19</b>	<b>36,18</b>	<b>284,8</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,20</b>	<b>76,0</b>	
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	150	1,60	4,10	13,50	97,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Плов с мясом	150	14,17	11,96	25,08	164,00	304
	Соленый огурец	40	2,10	1,50	3,27	32,5	79
	Компот из апельсинов	150	0,33	0,08	25,49	98,0	374
<b>Итого на обед</b>		<b>520</b>	<b>20,18</b>	<b>18,00</b>	<b>77,36</b>	<b>444,06</b>	
Полдник	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Оладьи со сгущенным молоком	50	3,70	3,30	18,60	118,0	449
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,05</b>	<b>7,05</b>	<b>24,60</b>	<b>193,0</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1200</b>	<b>40,40</b>	<b>35,24</b>	<b>156,34</b>	<b>997,8</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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 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
	Гуляш с мясом	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	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Нарукровский детский сад  
МБ ДОУ Нарукровский детский сад



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		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 7</b>							
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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>315</b>	<b>30,24</b>	<b>24,38</b>	<b>48,05</b>	<b>636,7</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,20</b>	<b>76,0</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	3,29	3,07	9,79	81,0	81
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
	Запеканка картофельная с мясом	150	8,91	6,59	20,43	177,00	291
	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,47	3,21	39,7	12
	Напиток лимонный	150	0,11	0,010	18,32	72,0	282
<b>Итого на обед</b>		<b>520</b>	<b>15,44</b>	<b>12,50</b>	<b>61,77</b>	<b>421,92</b>	
Полдник	Компот клюквенный	150	0,16	0,03	13,51	54,94	123
	Батон с повидлом	25	2,03	3,21	11,34	87,0	2
<b>Итого на полдник</b>		<b>175</b>	<b>2,19</b>	<b>3,24</b>	<b>24,85</b>	<b>141,94</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1160</b>	<b>48,77</b>	<b>40,12</b>	<b>152,87</b>	<b>1276,56</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Нарукровский детский сад  
МБ ДОУ Нарукровский детский сад



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-3 лет

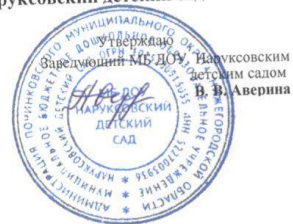
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 8</b>							
Завтрак	Каша "Дружба" со сливочным маслом	150	4,09	6,85	23,39	169,0	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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>330</b>	<b>11,06</b>	<b>13,10</b>	<b>46,63</b>	<b>346,4</b>	
Второй завтрак	Фрукты (бананы)	150	1,50	0,54	21,00	95,0	368
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>1,50</b>	<b>0,54</b>	<b>21,00</b>	<b>95,0</b>	
Обед	Суп "Крестьянский" с крупой	150	1,38	4,64	9,25	84,4	98
	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
	Гречка	150	5,73	4,06	25,76	162,0	313
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	20,90	84,8	376
<b>Итого на обед</b>		<b>570</b>	<b>27,47</b>	<b>25,15</b>	<b>72,43</b>	<b>626,50</b>	
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
<b>Итого на полдник</b>		<b>160</b>	<b>6,50</b>	<b>5,80</b>	<b>23,10</b>	<b>174,50</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1210</b>	<b>46,53</b>	<b>44,59</b>	<b>163,16</b>	<b>1242,40</b>	



АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
 МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 2 День 9</b>							
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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>290</b>	<b>10,79</b>	<b>9,75</b>	<b>38,21</b>	<b>346,4</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,90	0,00	18,20	76,0	399
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,20</b>	<b>76,0</b>	
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	457,00	26,44	168,0	317
	Чай с лимоном сладкий	150	0,07	0,010	7,10	29,0	392
<b>Итого на обед</b>		<b>540</b>	<b>23,67</b>	<b>470,17</b>	<b>67,40</b>	<b>522,20</b>	
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
<b>Итого на полдник</b>		<b>210</b>	<b>3,05</b>	<b>3,55</b>	<b>35,41</b>	<b>173,26</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1190</b>	<b>38,41</b>	<b>483,47</b>	<b>159,22</b>	<b>1117,86</b>	

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Наруксовский детский сад  
МБ ДОУ Наруксовский детский сад



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		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 10</b>							
	Каша рисовая вязкая	150	2,60	31,00	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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>330</b>	<b>9,57</b>	<b>37,25</b>	<b>47,34</b>	<b>310,4</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты (яблоки)	150	0,40	0,40	9,80	44,0	368
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,0</b>	
<b>Обед</b>	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
	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
<b>Итого на обед</b>		<b>530</b>	<b>12,46</b>	<b>10,51</b>	<b>49,17</b>	<b>341,92</b>	
<b>Полдник</b>	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	401
	Сдоба обыкновенная	50	3,90	2,40	26,20	141,0	466
	Конфеты	20	0,54	0,86	16,46	72,80	331
<b>Итого на полдник</b>		<b>220</b>	<b>8,79</b>	<b>7,01</b>	<b>48,66</b>	<b>288,80</b>	
<b>Итого за первый день</b>		<b>1230</b>	<b>31,22</b>	<b>55,17</b>	<b>154,97</b>	<b>985,12</b>	