

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

16 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 2025г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер
Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7	3,5	29,1	175,1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,8	11,4	71,3
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	150	1,7	3	5,9	57,7
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5
	Хлеб пеклеванный	20	1,5	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	50	6,5	8,2	2,1	72,7
	Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			49	43,4	224,8	1467,2

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

17 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 2025г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша вязкая молочная рисовая	150	2,3	6,0	23,7	163,5
	Чай с молоком	150	2,6	2,3	11,2	76,2
	Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9
	Сыр	5	1,2	1,5	0	17,7
2 Завтрак:	Сок яблочно-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5
	Борщ на м/к бульоне со сметаной	150/5	1,2	3	5,4	53,6
	Фрикадельки (говядина) в соусе	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1
	Кисель из повидла	150	0,1	0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8
	Снежок	180	5,1	4,4	7	92,5
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8
Всего за день:			50,2	49,4	210,1	1543,7

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

18 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 2025г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289
Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	150	6,4	4,6	23,4	159,2
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5
	Суп картофельный на к/б	150	2,1	2,3	11,7	75,8
	Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пеклеванный	20	1,5	0,1	9,7	46
Уплотненный полдник:	Тефтели (говядина)с соусом	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2
Всего за день:			38,8	39,6	231,1	1390,4п

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

19 день 20-ти дневного меню

« » _____ 2025 г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,3	3,8	14,8	112,6
	Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7	78,6
	Яйца вареные	64	5,5	5	0,3	68,6
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9
	Суп с крупой на м/к бульоне	150	1,8	1,8	10,1	64,2
	Запеканка картофельная с печеню с соусом молочным	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6
Уплотненный полдник:	Пудинг из творога с соусом молочным сладким с ванилью	130/40	12,9	16	33,9	374,5
	Снежок	180	5,1	4,4	7	92,5
	Батон	50	3,8	1,5	27,7	131
Всего за день:			54,7	47,3	190,2	1470,8

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

20 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 2025г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289
Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7	3,5	29,1	175,1
	Кофейный напиток с молоком	160	2,4	1,9	12,2	76,1
	Батон	40	3	1,2	20,6	104,8
	Сыр порциями	5	1,2	1,5	0	17,7
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	150	1,5	3	7,1	62,4
	Котлета рубленая	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	Рагу овощное	110	2	4,3	10,8	97,7
	Кисель из повидла	150	0,1	0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17	81,6
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2
Уплотненный полдник:	Помидоры соленые	40	0,4	0	0,9	5,5
	Фрикадельки	100/30	7,15	11,5	19,4	232,6
	Вкусняшка с соусом сметанным					
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0	9,8	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	39,4
Печенье	20	1,5	2	14,9	46	
Всего за день:			41,4	39,8	218,0	1406,96

Воспитатель _____