

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
1 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,3	4,4	15,0	131,6
	Чай с молоком	200	3	2,5	15,6	97,3
	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8
2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Суп с макаронными изделиями на м/б	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Жаркое по домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Тефтели(говядина) с соусом	70/30	10,3	12,4	11	205,3
Уплотненный полдник:	Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			59,4	56,9	268,8	1802,4
Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ			
1 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	160	3,8	4,2	13,6	118
	Чай с молоком	150	2,6	2,3	11,2	76,2
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	Суп с макаронными изделиями на м/б	150	2,3	1,9	12,1	74,2
	Жаркое по домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5
	Хлеб пеклеваный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Тефтели(говядина) с соусом	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9
Уплотненный полдник:	Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,5	35,5
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			48,0	44,6	199,9	1395,6
Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
2 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша геркулесова	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0	9,8	39,4
	Сыр	10	2,3	3	0	36,4
	Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	Суп картофельный с бобовыми на к/б	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеванный	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,1	23,8	148,3
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Печенье шоколадное	20	1,5	2	14,9	83,4
Всего за день:			72,0	61,7	252,5	1874,2
Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ			
2 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша геркулесова	150	6,4	4,6	23,4	159,2
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	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 пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	50	6,5	8,2	2,1	72,7
	Картофель отварной с маслом сливочным	120	2,4	3,3	19	118,7
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Печенье шоколадное	20	1,5	2	14,9	83,4
Всего за день:			40,4	41,0	238,2	1414,4
Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
3 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				3 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая манная	150	6,1	3,4	26,8	163	Завтрак:	Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0	9,8	39,4		Чай с сахаром	190/10	0,1	0	9,8	39,4
	Яйца вареные	64	5,5	5	0,3	68,6		Яйца вареные	64	5,5	5	0,3	68,6
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4		Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Сок яблочный-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9	Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	150/10	1,5	5,0	7,5	91,2		Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	Запеканка картофельная с печенью	150	10,0	6,8	25,3	215,8		Запеканка картофельная с печенью	150	10,0	6,8	25,3	215,8
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0,0	7,0	29,0		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Пюре из свеклы	40	0,6	1,4	4	33,4	Уплотненный полдник:	Пюре из свеклы	60	1	1,9	6,2	47,8
	Котлеты рубленые с соусом сметанным	50/30	6,7	9,7	16,9	167,96		Котлеты рубленые с соусом сметанным	70/30	12	16,4	12,7	257
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	110	5,7	6,4	26,3	191,4		Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,8	32,0	208,5
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0		Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	15,1	71		Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8
								Булочка веснушка	50	4	3	29,6	160,9
Всего за день:			44,0	39,1	206,0	1402,0	Всего за день:			60,3	49,1	274,1	1820,2
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер			
Ранний возраст							Дошкольный возраст						
4 день 20-ти дневного меню							4 день 20-ти дневного меню						
« » 20 г.							« » 20 г.						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	150	4,4	4,1	12,5	106,5	Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7	29		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131		Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7		Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2							
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Помидор соленый	30	0,3	0,0	0,7	4,1	Обед:	Помидор соленый	60	0,7	0,0	1,4	8,1
	Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	150	2,3	1,9	12,1	74,2		Суп картофельный с бобовыми(горох)	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	Тефтели (говядина) с соусом	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9		Тефтели (говядина) с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1		Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5		Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	15,5	61,9
	Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Котлета рубленая из птицы	50	6,1	8	8,1	109,6	Уплотненный полдник:	Котлета рубленая из птицы	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9		Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Булочка веснушка	50	4	3	29,6	160,9		Булочка веснушка	50	4	3	29,6	160,9
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9	Всего за день:			60,5	53,9	277,0	1866,5
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер			
Ранний возраст							Дошкольный возраст						
5 день 20-ти дневного меню							5 день 20-ти дневного меню						
« » 20 г.							« » 20 г.						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	150	6,4	4,6	23,4	159,2	Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	180	7,8	5,5	29	159,2
	Кофейный напиток молоком	150	2,3	1,8	11,4	71,3		Кофейный напиток молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7		Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	Обед:	Салат из белокачанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Суп картофельный на к/б	150	2,1	2,3	11,7	75,8		Суп картофельный на к/б	180	2,3	2,1	13,9	85,2
	Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9		Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Кисель из повидла	150	0,1	0,0	21,1	84,8		Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеваемый	20	1,3	0,2	8,5	40,8		Хлеб пеклеваемый	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7							
Уплотненный полдник:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	Уплотненный полдник:	Икра кабачковая консервированная	50	1	4,5	3,9	59,5
	Котлеты рыбные запеченные	50	4,9	5,7	4,8	64,1		Котлеты рыбные запеченные	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	Картофель отварной с маслом сливочным	120	2,4	3,3	19,0	118,7		Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Всего за день:			40,6	43	239,6	1457,6	Всего за день:			66,3	63,3	252,7	1880,4
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
6 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				6 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая манная	150	6,1	3,4	26,8	163	Завтрак:	Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7	29		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7		Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2	2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9	Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	150	2,3	1,9	12,1	74,2		Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Голубцы ленивые	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2		Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7	29		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3		Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5	Всего за день:			61,2	47	254,7	1810,9
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
7 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				7 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Омлет натуральный	130	8,1	8,4	6,5	180,3	Завтрак:	Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6		Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
2 Завтрак:	Сок яблочно-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Помидоры соленные	30	0,3	0,0	0,7	4,1	Обед:	Помидоры соленные	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	4,1	4,0	10,4	94,0		Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6
	Макаронник с мясом с соусом сметанным	130/20	13,0	7,4	28,4	251,1		Макаронник с мясом с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8		Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеванный	35	2,3	0,3	14,8	71,4		Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0							
Уплотненный полдник:	Тефтели с соусом (говядина)	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	Уплотненный полдник:	Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11	205,3
	Пюре картофельное	130	2,7	4	18,4	123,9		Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,2	143,4
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6		Чай с молоком	200	2,7	2,3	14,0	87,6
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
								Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6	Всего за день:			49,8	37,3	203,9	1404,6
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
8 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				8 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая манная	150	6,1	3,4	26,8	163	Завтрак:	Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7	29		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7		Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2	2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9	Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	150	2,3	1,9	12,1	74,2		Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Голубцы ленивые	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2		Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0		Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3	Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7	29		Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3		Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			43,3	42,4	237,2	1481,5	Всего за день:			61,2	47	254,7	1810,9
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер			
Ранний возраст						
9 день 20-ти дневного меню						
« ____ » 20 ____ г.						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7,0	3,5	29,1	175,1
	Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7,0	78,6
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	150/10	1,5	5,0	7,5	91,2
	Запеканка из печени с рисом	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8
	Кисель из повидла	150	0,1	0,0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью	130/50	16,2	12,3	29,5	365,6
	Кефир	180	5,1	4,4	7	92,5
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер			
Дошкольный возраст						
9 день 20-ти дневного меню						
« ____ » 20 ____ г.						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	212,4
	Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	Запеканка из печени с рисом	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7
	Кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Всего за день:			82,9	58,9	230,7	1804,3

Воспитатель _____

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер			
Ранний возраст							Дошкольный возраст						
10 день 20-ти дневного меню							10 день 20-ти дневного меню						
« » 20 г.							« » 20 г.						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	130	8,1	8,4	6,5	180,3		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с молоком	150	2,6	2,3	11,2	76,2		Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
2 Завтрак:	Сок яблочно-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9	Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на к/б	150	2,3	1,8	12,7	75,1		Суп с макаронными изделиями на к/б	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5		Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,1	241,5
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5		Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,96	Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11	234,5
	Каша гречневая с овощами	120	6,3	4,48	28,7	203		Каша гречневая с овощами	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Всего за день:			52	43,88	192,2	1448,76	Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1807,4
Воспитатель							Воспитатель						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю Заведующий МОУ Детский сад №289 Ю.В. Беккер							
Ранний возраст							Дошкольный возраст										
11 день 20-ти дневного меню							11 день 20-ти дневного меню										
« » 20 г.							« » 20 г.										
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал				Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	150	3,5	3,9	12,3	100,8	Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,3	4,4	15,0	131,6				
	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,8	11,4	71,3			Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,4	92,9			
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7				Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7		
	Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9											
2 Завтрак:	Яблоко, фаршированное изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137	2 Завтрак:			Яблоко, фаршированное изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137		
Обед:	Помидор соленый	30	0,3	0,0	0,7	4,1	Обед:	Помидор соленый		50	0,6	0,0	1,2	6,8			
	Суп картофельный на мясо-костном бульоне	150	2,1	2,3	11,7	75,8		Суп картофельный на мясо-костном бульоне	180	2,4	2,1	13,9	85,7				
	Макаронник с мясом	150	14,8	7,6	31,5	272,7		Макаронник с мясом с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2				
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8		Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0				
	Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0				
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0				
Уплотненный полдник:	Икра морковная	30	0,4	1,5	2,3	24,6	Уплотненный полдник:	Икра морковная	50	1,1	2,4	5,6	49,9				
	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным	50/30	6,5	9,2	9,9	132,6			Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4			
	Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9				Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,9		
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7					Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0						Хлеб пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	82,9
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3							Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9
Всего за день:			46,2	37,3	234,6	1473	Всего за день:							58,1	51	284,4	1892
Воспитатель							Воспитатель										

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
12 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				12 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	150	6,4	4,6	23,4	159,2	Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,8	11,4	71,3		Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Бутерброд с джемом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7		Бутерброд с джемом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	Обед:	Салат из белокачанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Суп картофельный на курином бульоне	150	2,1	2,3	11,7	75,8		Суп картофельный на курином бульоне	180	2,3	2,1	13,9	85,2
	Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9		Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Кисель из повидла	150	0,1	0,0	21,1	84,8		Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8		Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7							
Уплотненный полдник:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	Уплотненный полдник:	Икра кабачковая консервированная	50	1	4,5	3,9	59,5
	Котлета рыбная запеченная	50	4,9	5,7	4,8	64,1		Котлета рыбная запеченная	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	Картофель отварной с маслом сливочным	120	2,4	3,3	19,0	118,7		Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3		Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71		Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Всего за день:			40,6	43,0	239,6	1457,6	Всего за день:			66,3	63,3	252,7	1880,4
Воспитатель			Воспитатель				Воспитатель			Воспитатель			

ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю				ДНЕВНОЕ МЕНЮ			Утверждаю			
Ранний возраст			Заведующий МОУ				Дошкольный возраст			Заведующий МОУ			
13 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289				13 день 20-ти дневного меню			Детский сад №289			
« » 20 г.			Ю.В. Беккер				« » 20 г.			Ю.В. Беккер			
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7,0	3,5	29,1	175,1	Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Чай с молоком	160	2,8	2,4	9,0	81,3		Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131		Бутерброд с джемом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак:	Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9	Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	150	2,3	1,9	12,1	74,2		Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Тефтели с соусом	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9		Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	Капуста тушеная	120	2,7	4,5	11,5	98,6		Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5		Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6		Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	50	6,5	8,2	2,1	72,7	Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	Каша рассыпчатая рисовая с овощами	120	3,1	3,1	31,8	171,1		Каша рассыпчатая рисовая с овощами	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4		Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка веснушка	50	4	3	29,6	160,9		Булочка веснушка	50	4	3	29,6	160,9
Всего за день:			45,6	36,7	242,1	1447,3	Всего за день:			58,3	44,2	283,2	1785,8
Воспитатель _____							Воспитатель _____						

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

14 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	Омлет натуральный	130	8,1	8,4	6,5	180,3
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Сок яблочно-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Помидоры соленые	30	0,3	0,0	0,7	4,1
	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	150	1,5	3,0	7,1	62,4
	Голубцы ленивые	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	Хлеб пеклеваемый	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Фрикадельки 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
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			44,4	44,9	215,6	1484,5

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

14 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеваемый	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			61,9	62,7	217,6	1818,7

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

15 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	150	4,4	4,1	12,5	106,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,8	11,4	71,3
	Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	17,7
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Икра кабачковая	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	Суп с крупой на к/б	150	1,8	1,8	10,1	64,2
	Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9
	Кисель из повидла	150	0,1	0,0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	Рагу овощное	110	2	4,3	10,8	97,7
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Булочка осенняя	50	4	3	29,6	160,9
Всего за день:			42,30	46,10	229,40	1459,26

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

15 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Суп с крупой на к/б	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11	234,5
	Рагу овощное	150	2,8	5,9	14,9	134,6
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Всего за день:			68,40	71,60	221,00	1829,80

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

16 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7,0	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	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	150	1,7	3,0	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	0,0	11,6	46,5
	Хлеб пеклеваемый	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
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	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			49,00	43,40	224,50	1465,80

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

16 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб пеклеваемый	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Печенье шоколадное	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			59,50	46,90	266,00	1745,90

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

17 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша вязкая молочная рисовая	150	2,3	6,0	23,7	163,5
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	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	3,0	5,4	54,8
	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	0,0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеванный	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
	Кефир	180	5,1	4,4	7	92,5
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Всего за день:			48,40	48,70	200,10	1489,60

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

17 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша вязкая молочная рисовая	180	2,7	7,2	28,4	196,2
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
	Бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Борщ на м/к бульоне со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6
	Фрикадельки (говядина) в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	Кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Всего за день:			68,70	68,40	228,80	1852,70

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

18 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			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	0,0	9,8	39,4
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19	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 пеклеваемый	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Тефтели (говядина)с соусом	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9
	Рагу овощное	110	2	4,3	10,8	97,7
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2
Всего за день:			39,50	39,80	233,80	1408,80

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

18 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая геркулесовая	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Сыр порциями	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5
2 Завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19	91,2
	Сок яблочный	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	Суп картофельный на к/б	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеваемый	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Тефтели (говядина)с соусом	70/30	10,3	12,4	11	205,3
	Рагу овощное	150	2,8	5,9	14,9	134,6
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Всего за день:			66,60	67,10	221,20	1787,40

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

19 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20__ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	Омлет натуральный	130	8,1	8,4	6,5	180,3
	Чай с молоком	150	2,6	2,3	11,2	76,2
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Сок яблочный-виноградный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед:	Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9
	Суп с макаронными изделиями на к/б	150	2,3	1,8	12,7	75,1
	Птица тушеная с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	Каша гречневая с овощами	120	6,3	4,48	28,7	203
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Всего за день:			50,50	43,78	188,50	1402,76

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

19 день 20-ти дневного меню

« _____ » _____ 20__ г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на к/б	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	Птица тушеная с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник:	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11	234,5
	Каша гречневая с овощами	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Всего за день:	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
			68,60	64,40	218,60	1807,40

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Ранний возраст

20 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	150	7,0	3,5	29,1	175,1
	Кофейный напиток с молоком	160	2,4	1,9	12,2	76,1
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
	Сыр	5	1,2	1,5	0,0	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	3,0	7,1	62,4
	Котлета рубленая	50	6,3	8,5	15,1	145,0
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1
	Кисель из повидла	150	0,1	0,0	21,1	84,8
	Хлеб пеклеваемый	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2
	Помидор соленый	40	0,4	0	0,9	5,5
Уплотненный полдник:	Фрикадельки Вкусняшка	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4
	Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Всего за день:			42,20	39,70	225,00	1434,56

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

20 день 20-ти дневного меню

« ____ » ____ 20 ____ г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Котлета рубленая	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеваемый	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Помидор соленый	50	0,6	0	1,2	6,8
Уплотненный полдник:	Фрикадельки Вкусняшка	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Всего за день:			55,70	51,30	259,70	1762,30

Воспитатель _____