

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад
МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова



Ежедневное меню основного питания
на 202 г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая гречневая со сливочным маслом	180	204,00	20,4%
	2. Чай с конфетой	180		
	3. Хлеб пшен. со слив.мас	40	235,9	
	Итого на завтрак	405	483,90	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	180	85,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Жаркое по-домашнему с мясом	150	265,00	
	3. Солёный томат	40	9,20	
	4. Напиток клюквенный	180	138,60	
Итого на обед		590	567,70	
Полдник	1. Снежок	110	56,50	15,5%
	2. Булочка молочная	70	211,00	
Итого на полдник		180	267,50	
Итого на один день		1325	1395,10	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад
МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова

Ежедневное меню основного питания
на 202 г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога	140	475,30	20,4%
	со сгущенным молоком	40		
	2. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	3. Хлеб пшеничный	20	52,40	
	Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		385	661,70	
Второй завтрак	1. Фрукты - яблоки	150	44,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	44,00	
Обед	1. Уха рыбная	180	80,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Печень тушенная в сметане	160	228,29	
	Рис отварной	30	22,20	
	3. соленый (свежий) огурец	40	33,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
	Итого на обед	630	546,39	
Полдник	1. Кисель фруктовый	180	116,19	15,5%
	2. Гренки с сыром	50	233,70	
Итого на полдник		230	349,89	
Итого на один день		1395	1601,98	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая геркулесовая со сливочным маслом	180	200,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	3. Хлеб пшеничный	40	102,80	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	445,80	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Суп вермешелевый на курином бульоне	180	196,80	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Курица отварная	80	225,00	
	с тушеными овощами	100	112,00	
	3. Напиток лимонный	180	65,93	
Итого на обед		580	669,63	
Полдник	1. Йогурт питьевой	150	75,00	15,5%
	2. Пряник	50	117,00	
Итого на полдник		200	192,00	
Итого на один день		1340	1383,43	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Омлет со сливочным маслом	105	200,00	20,4%
	Кабачковая икра (св. огур)	40	48,80	
	2. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	Хлеб пшеничный	40	102,80	
	3. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		370	485,60	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Борщ мясной со сметаной	180	92,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Рыбные тефтели в том соус	80	225,00	
	3. Картофельное пюре	100	112,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		580	612,20	
Полдник	1. Компот клюквенный	180	65,93	15,5%
	2. Хлеб пшеничн. с повидлом	35	108,00	
Итого на полдник		215	173,93	
Итого на один день		1315	1366,73	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад
МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова
г.

Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 ____ г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая пшенная	180	158,90	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	3. Хлеб пшеничный	40	102,80	
	Сливочное масло	10	36,00	
Итого на завтрак		410	404,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Рассольник на м/б со сметаной	180	121,80	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Плов с мясом	180	259,00	
	3. Соленые (св.) томат	60	48,80	
	4. Напиток клюквенный	180	138,60	
Итого на обед		640	638,10	
Полдник	1. Йогурт питьевой	150	75,00	15,5%
	2. Блины со сгущенным молоком	60	141,00	
Итого на полдник		210	216,00	
Итого на один день		1410	1334,80	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова
г. Починки



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 ____ г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Рожки с сыром и слив масл	180	177,00	20,4%
	2. Чай сладкий	180	44,00	
	3. Печенье	45	208,5	
Итого на завтрак		405	429,50	
Второй завтрак	1. Фрукты - груши	150	46,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	46,00	
Обед	1. Щи из свежей капусты с рыбными консервами	180	76,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Мясо тушеной с овощами	60	164,80	
	3. Тушеная капуста	150	210,00	
Итого на обед		610	634,00	
Полдник	1. Напиток лимонный	150	75,00	15,5%
	2. Манник с повидлом	50	233,70	
Итого на полдник		200	308,70	
Итого на один день		1365	1418,20	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад
МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 ____ г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога со стуженым молоком	140	475,30	20,4%
	2. Кофейный напиток с молоком	40		
	3. Хлеб пшеничный	180	101,00	
	4. Сливочное масло	20	52,40	
	5. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		385	661,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
	Итого на второй завтрак	150	76,00	
Обед	1. Суп гороховый на мясном бульоне	180	135,00	34,4%
	2. Хлеб ржаной	40	69,90	
	3. Запеканка картофельная с мясом	150	117,00	
	4. Салат из вареной свеклы с сол. Огурцом	60	59,50	
	5. Напиток лимонный	180	96,00	
Итого на обед		610	477,40	
Полдник	1. Йогурт питьевой	180	65,93	15,5%
	2. Гренки с яйцом	35	108,00	
Итого на полдник		215	173,93	
Итого на один день		1360	1389,03	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В.Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 ____ г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша "Дружба" вязкая со сливочным маслом	180	213,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	3. Хлеб пшеничный	20	52,40	
	4. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		390	408,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - яблоко	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Суп крестьянский с крупой	180	140,58	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Гуляш из куриного мяса	80	225,00	
	Сметанный соус	30	22,20	
	3. Гречка сол. (св.) огурец	150	162,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		660	732,68	
Полдник	1. Снежок	110	56,50	15,5%
	2. Оладьи с повидлом	60	141,00	
Итого на полдник		170	197,50	
Итого на один день		1370	1433,58	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В.Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Омлет со сливочным маслом	105	200,00	20,4%
	2. Кабачковая икра (св.) томат	40	48,80	
	3. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	4. Хлеб пшеничный	20	52,40	
	5. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		350	435,20	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Щи молочные с руб яйцом	180	126,00	34,4%
	2. Хлеб ржаной	40	69,90	
	3. Тефтеля мясная	60	173,00	
	4. Вермшель отварная	150	168,00	
	5. Напиток лимонный	180	41,00	
Итого на обед		610	577,90	
Полдник	1. Кисель фруктовый	180	116,19	15,5%
	2. Винегрет овощной	60	56,90	
	3. Хлеб пшеничный	40	102,80	
Итого на полдник		280	275,89	
Итого на один день		1390	1364,99	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Пеля-Хованский детский сад

МБ ДОУ Пеля-Хованский детский сад

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Пеля-Хованским
детским садом
Т.В. Листратова



Ежедневное меню основного питания
на _____ 20 ____ г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	177,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	Хлеб пшеничный	40	102,80	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	422,80	
Второй завтрак	1. Фрукты - груша	150	44,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	44,00	
Обед	1. Борщ мясной с капустой, картофелем со сметаной	180	92,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Рыба тушёная с овощами	80	225,00	
	3. Картофельное пюре сол.	100	112,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	65,93	
Итого на обед		580	565,13	
Полдник	1. Йогурт питьевой	150	75,00	15,5%
	2. Ватрушка	70	167,00	
	3. Конфета	35	127,40	
Итого на полдник		255	369,40	
Итого на один день		1395	1401,33	75,7%