

Кондратьев

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Басма, друшда	187	150	4,7	6,1	25,1	174	200	6,3	8,1	33,5	232
	басма с мясом	270	150	2,4	2,3	10,2	59	200	3,2	3,1	13,5	93
Итого	хлеб пшеничный с маслом	3	40	5,0	3,0	14,5	126	65	7,9	3,12	24,2	172
				12,1	11,4	44,8	349		14,4	20,32	41,2	497
2-й завтрак	исбуго		100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
Обед	Бул с мясным фаршем	43	150	4,81	4,88	9,52	123,8	200	6,31	6,5	13,34	142,3
	рисовый по-сараевски	431	50	12,9	9,3	1,8	143	65	16,7	12,1	1,9	184
	суповый отвар	332	120	4,3	3,4	26,7	157	150	5,5	4,2	33,3	196
	Суповый отвар	71	40	0,4	1,8	5,8	40	60	0,6	2,7	8,7	60
	Каша из макарон	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,25	24,5	110
Итого	Рис	83	100	23,11	19,42	64,47	325,8		30,11	25,53	84,94	690,5
Полдник	Рис		15	0,5	0,1	10,1	42,67	100	0,5	0,1	10,1	42,67
Итого			15	1,125	1,77	11,23	62,56	15	1,125	1,77	11,23	62,56
Всего	хлеб пшеничный		30	1,625	1,87	21,33	125,23	40	1,625	1,87	21,33	125,23
				1,98	0,36	10,02	52		2,64	0,78	13,36	69,34
Ужин	Винегрет овощной	19	150	1,89	15,21	12,48	193,89	250	4,86	5,76	34,75	241,06
	суповый	57	15	2,12	1,06	0	17	25	4,25	2,13	0	36
	каша с маслом	412	150	0,1	0,02	7,6	18	200	0,1	0,03	9,1	23
Всего	хлеб пшеничный	35	30	2,3	0,9	16,0	20,5	30	2,69	1,05	18,3	91,7
				6,41	17,19	33,08	100,39		11,9	8,97	60,15	366,78
				44,82	50,64	138,7	1390,92		64,07	57,64	261,78	1748,73

Директор
Заведующий

1 неделя

Вторник

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет						От 3-х до 7 лет					
			Выход	б	ж	у	ккал	Выход	б	ж	у	ккал	ккал	ккал
Завтрак	Блины ржаные	297	150	5,6	6,0	22,4	181	200	7,4	8,0	36,5	241	241	241
	Чай с молоком	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,0	2,0	14,4	93	93	93
	Молоко с сахаром	1	40	2,4	8,6	14,6	146	50	3,8	6,9	24,9	180,6	180,6	180,6
Итого				9,84	16,7	53	397		14,09	14,76	76,13	514,6	514,6	514,6
2-й завтрак	Блины		100	0,9	0,1	9	41	100	0,9	0,1	9	41	41	41
Обед	Суп овощной	139	150	4,5	2,6	12,7	114	250	8,0	4,4	31,8	202	202	202
	Рыбная котлета	79	50	8,1	5,2	6,9	112	80	12,1	8,6	10,3	168	168	168
	Картофельные пюре	320	150	2,4	3,7	16,1	109	150	3,1	4,6	20,1	132	132	132
	Салат из свеклы	64	40	0,5	2,9	3,2	42	60	0,8	4,9	4,8	68	68	68
	Компот	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	76	76	76
Итого				15,5	14,9	58,9	434		24	22,5	82	649	649	649
Полдник	Пюре		150	4,39	2,25	16,9	105	180	5,27	2,7	20,28	126	126	126
	Пюре		15	1,125	1,87	14,23	62,56	20	1,76	3,96	4,08	69,8	69,8	69,8
Итого				5,515	4,02	31,13	167,56		7,03	6,66	24,36	195,8	195,8	195,8
Всего			40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	17,1	90,5	90,5	90,5
Ужин	Суп овощной	294	25	12,9	8,1	19,1	202	120	20,6	13,0	32,0	329	329	329
	Сырный суп	72	5	0,1	0,03	4,7	19	200	0,1	0,03	8,3	32	32	32
Всего			150	13	8,13	23,8	221		20,8	13,03	41,3	366	366	366
				46,49	44,33	189,19	1,329,9		64,12	60,65	254,89	1,856,9	1,856,9	1,856,9

Ум. Верещагин
З.С.С. Терехов

1 неделя
Среда

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Булочки с маслом	160	150	4,3	3,8	14,1	89	200	4,4	5,2	19,9	148
	Чай с молоком	12	150	1,1	1,1	6,2	38	200	1,4	1,4	11,2	68
	Бутерброд с сыром	3	45	4,73	6,88	14,58	139	80	6,68	8,45	19,39	180
Итого				10,13	11,88	34,86	266		12,48	15,05	50,49	388
2-й завтрак	Груши		100	0,4	0,3	10,3	46	100	0,4	0,3	10,3	46
	Свежий сок	35	150	1,2	3,1	8,9	68	250	1,1	5,2	14,8	114
	Угнет с мяса	277	30	2,86	3,11	9,9	47,33	40	5,16	4,08	13,1	52,5
Обед	Суп овсяный	315	120	2,92	4,3	29,33	167,88	150	3,66	5,38	36,69	209,2
	Каша с сыром	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	22,5	110
	Сладкий десерт		30	1,98	0,36	10,02	52	40	2,64	0,48	13,36	69,34
Итого				10,66	10,81	49,47	417,01		14,56	15,19	105,45	565,54
Полдник	Каша с яблоком	639	150	0,1	0,1	11,8	47	200	0,2	0,1	17,2	68
	Фрукты свежие		50	3,9	4,3	26,3	139	70	5,5	6,0	36,8	223
				4,0	4,4	37,8	206		5,7	6,1	54	291
Всего												
Ужин	Салат овощной	215	150	2,15	7,16	14,3	136	200	2,3	10,1	18,4	182
	Булочки с маслом	310	60	10,24	5,12	18,4	94	80	13,69	7,1	21,5	128
	Чай с сахаром	12	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	23
Всего	Сладкий десерт	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	40	3,16	0,4	19,32	94,67
				15,14	13,64	36,94	318,5		20,25	17,63	50,27	420,82
				40,33	47,13	198,37	1.253,51		53,39	54,27	270,51	1721,21

1 Неделя
Четверг

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

Четверг												
день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Утренний завтрак	365	60/13	5,5	7,8	1,6	98	90/4	8,2	11,7	2,4	142
	Каша с яблоками	240	150	2,9	2,3	10,2	68	200	3,2	3,5	13,5	93
	Бутерброд с мясом	1	40	2,4	8,6	14,6	146	50	3,89	6,96	24,93	180,6
Итого				10,3	18,7	26,4	313		15,29	22,16	40,83	420,6
2-й завтрак Обед	Суп с мясом		100	0,9	0,2	0,1	46	100	0,9	0,2	0,1	46
	Суп с мясом и картошкой	124	150	1,1	2,3	5,0	55	250	1,8	5,8	8,4	93
	Каша гречневая с маслом	313	150	8,86	5,98	39,89	248	200	11,79	6,77	53,06	320
	Котлета рубленая из мяса	294	50	7,72	5,29	8,03	115,83	60	9,32	7,07	9,84	139
	Картофель	648	150	0,0	0,0	15,0	52	200	0,0	0,0	20,0	78
Итого	Суп с мясом		30	1,98	0,36	10,02	52	40	2,64	0,48	13,36	58,34
	Суп с мясом и картошкой	353	15	0,3	0,25	1,06	21,02	30	0,53	1,5	2,1	24,03
	Суп с мясом и картошкой			20,01	16,28	78,92	538,85		26,08	21,62	106,56	721,34
Полдник	Суп с мясом	697	150	4,1	4,6	6,4	82	200	5,5	6,2	8,6	110
	Суп с мясом		15	1,25	1,77	11,23	62,58	20	1,0	1,79	11,23	64,2
Итого			5,35	5,35	6,37	17,63	144,58		6,5	7,99	19,85	174,2
Всего												
Ужин	Суп с мясом	276	170	20,1	5,33	12,5	205	220	22,53	7,42	21,93	265
	Суп с мясом и картошкой	12	150	0,1	0,03	4,2	19	200	0,2	0,03	9,3	32
	Суп с мясом	35	30	2,3	2,0	16,0	205	33	2,64	1,05	14,2	91,7
Всего	Суп с мясом			23,2	5,36	39,2	294,5		30,42	8,55	48,25	393,7
	Суп с мясом			50,76	46,91	170,25	4,337,91		79,19	60,52	223,89	1,758,84

Заведующий
Задорожная



Удобрение
Зеленый перепел

Нересее

Летисее

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Багря мясной мясной	185	155	2,4	3,82	16,1	128	205	1,4	2,3	26,31	121
	Карре мя мясной	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,1	2,1	14,4	93
Итого	Бутерброд с сыром	3	45	4,23	6,88	14,56	139	80	6,68	8,45	19,39	180
				9,23	12,8	41,66	314		19,88	11,53	60,4	394
2-й завтрак	Молоко	10	100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
Обед	Салат мясной мясной	132	150	1,3	3,0	9,3	71	250	2,2	5,3	15,4	120
	Котлета мясная	534	120	2,8	3,9	11,3	90	150	3,3	4,9	14,1	113
	Котлета мясная	451	50	1,8	12,8	2,3	16,3	70	11,0	15,2	10,9	225
	Котлета из свинины	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	22,5	110
	Жареное мясо		30	1,98	0,36	10,02	52	40	2,64	0,48	13,36	69,34
Итого				14,38	18,1	59,52	458		20,14	25,93	81,26	632,34
Полдник	Кефир	645	150	4,2	0,1	10,0	59	200	5,6	0,1	16,4	91
	Булочка сдобная		50	3,9	4,3	26,3	159	70	5,5	6,0	36,8	223
Итого				8,1	4,4	36,3	218		11,1	6,1	53,2	314
Всего												
Ужин	Омлет с овощами	449	60/5	4,56	4,06	24,54	166	120/10	9,05	8,11	55,15	330
	Чай с сахаром	12	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
Всего				4,66	4,08	32,14	184		9,15	8,14	64,25	355
				36,44	39,48	179,45	1,235,5		53,67	59,12	268,91	1,758,84

2 недели

Понедельник

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет				От 3-х до 7 лет					
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Пюре картофельное	302	150	6,1	2,4	26,4	198	200	8,1	2,8	33,6	204
	Пюре с мясом	270	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	Бутерброд с мясом	1	40	2,4	0,6	14,6	146	50	3,8	6,9	24,9	180,6
Итого				10,9	18,3	51,5	413		15,1	19,8	74,0	534,6
2-й завтрак	Молоко	100	100	0,4	0,4	9,0	58,5	100	0,4	0,4	9,0	58,5
	Борщ	110	150	1,1	3,3	2,5	63	250	1,8	5,7	12,5	104
	Тертые макароны с соусом мясным	462	60	8,1	13,2	11,2	201	80	10,4	18,2	15,0	268
Итого		585	20	0,4	1,0	1,2	86	30	0,6	1,5	1,9	23
	Мясное	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	78
	Мясное		40	2,64	2,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Полдник				12,24	12,48	48,26	406,34		16,4	2,6	66,5	564,5
	Сок	83	100	0,5	0,1	10,1	42,67	100	0,5	0,1	10,1	42,67
	Пирожки		15	1,25	1,77	11,23	62,56	20	1,0	1,79	11,25	67,2
Итого				1,45	1,87	21,33	105,23		1,5	1,89	21,35	109,87
Всего												
Ужин	Картофельные котлеты	230	150	4,6	10,0	29,1	228	200	6,2	13,5	39,3	308
	Суп из овощей	43	40	0,9	1,8	4,2	36	60	1,4	2,7	6,3	53
	Творог с сметаной	12	150	0,1	0,03	4,7	19	200	0,2	0,03	9,3	37
Всего	Мясное	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,6	1,05	14,3	91,7
				7,9	12,73	54	353,5		10,4	14,28	42,2	491,7
				21,89	51,78	184,89	1.336,57		44,69	65,03	243,98	1.703,67

Заведующий
З.В. Зерова

Утверждено
Зеленко Т.А.

2 недели

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

Вторник

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет						От 3-х до 7 лет			
			Выход	б	ж	у	ккал	Выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	мюсли с сахаром	333	140	8,0	7,4	26,7	209	170	9,9	15,2	31,5	272
	чай с лимоном	12	150	1,1	1,1	6,2	38	200	1,4	1,4	11,2	61
	бублики с маком	1	40	2,4	8,6	14,6	146	50	3,89	6,98	24,03	180,6
Итого				11,5	17,1	47,5	393		15,19	23,56	67,63	548,6
2-й завтрак Обед	гречка		100	0,4	0,3	10,3	46	120	0,04	0,3	10,3	46
	суп с рыбными консерв.	87	150	5	2,2	8,6	1094	200	6,7	3	11,5	133,8
	гречка из макарон	274	50	14,5	15,7	3,2	272	70	20,1	20,5	3,2	272
	каша гречневая рассыпчатая	313	150	2,86	5,98	39,81	248	200	11,89	6,74	53,06	320
	салат картофельный	40	40	0,6	1,8	4,4	36	60	0,9	2,7	6,6	54
	компот из сухофруктов	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	24,5	120
Итого				29,66	23,72	76,61	678,4		40,49	33,02	101,86	894,8
Полдник	молоко	694	150	4,1	4,6	6,4	82	200	5,5	6,2	8,6	120
Итого												
Всего	хлеб ржаной		40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	17,1	90,5
Ужин	булочки из творога	294	45	12,9	8,1	19,1	202	120	24,6	13,0	32,0	329
	соевые сырные макароны	12	150	12,1	2,03	4,7	19	200	2,2	0,173	9,3	32
	чай с лимоном			13	8,13	23,8	221		20,8	13,03	41,3	366
Всего				61,3	56,33	177,97	1489,74		85,68	76,71	229,69	2055,9

Чеша

[illegible]

Информация
З.С. - 22.07.2016

2 недели
четверг

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша овсяная молочная	311	150	5,6	6,6	26,4	187	200	7,4	8,8	35,1	230
	каша с семечками	270	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	булгур с сыром	3	40	5,0	3,0	14,5	106	65	4,9	9,12	24,2	142
Итого				13	4,9	51,1	362		19,5	21,02	72,8	515
2-й завтрак	молоко		100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
Обед	суп вермишелевый	140	150	1,6	1,5	11,3	67	250	2,7	2,8	12,8	111
	картофель тушеный	534	120	2,6	3,9	11,3	90	150	3,3	4,9	14,1	113
	приготовленный из картофеля	157	60	10,69	0,87	5,28	112	70	9,5	10,6	5,9	157
	картофель с сыром	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,15	27,5	110
	кисель рисовый		40	2,64	0,48	13,38	69,34	50	3,3	0,5	14,1	90,5
Итого				18,23	6,79	61,84	420,34		19,8	18,75	83,5	581,5
Полдник	пюре		150	4,39	2,25	16,9	105	180	5,27	2,7	20,28	126
	булочка сдобная	84	50	3,9	4,3	26,3	158	70	5,5	6,0	36,8	223
Итого				8,29	6,55	43,2	264		10,77	8,7	57,08	349
Всего												
Ужин	каша "Смородиновая"	25	40	0,6	1,4	2,7	26	50	1,0	2,1	4,0	39
	каша с яблоком	213	60	12,98	1,60	0,80	163	60	12,9	11,60	0,80	163
	каша с тыквой	12	150	0,1	0,23	4,7	19	200	0,2	0,23	9,3	37
	каша с яблоком	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	14,3	91,7
Всего				15,9	13,93	24,2	278,5		16,79	14,78	31,4	330,7
				55,82	39,54	190,14	1.383,34		66,26	63,7	254,58	1.834,7

Информация
Зеленый сад
Зеленый сад

2 неделя
Пятница

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каши гречневая молочная	302	150	6,8	6,7	27,8	200	200	9,0	9,0	37,0	266
	Каша манная	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,8	2,8	14,7	93
Итого	бутерброд с сыром	3	40	5,0	3,0	14,5	106	65	7,9	9,1	24,2	142
				13,9	11,8	53,3	376		19,7	20,9	75,9	531
2-й завтрак	Апельсины		100	0,9	0,2	8,1	46	100	0,9	0,2	8,1	46
Обед	Суп из овощей	135	150	1,2	2,6	6,5	55	250	2,0	4,3	10,8	91
	Мясное пюре	492	150	14,2	18,4	23,7	320	220	21,0	27,0	35,8	478
	Салат из овощей	64	40	0,5	2,9	3,2	42	60	0,8	4,9	4,8	66
	Желе	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	76
Итого			40	2,6	0,4	13,3	69,3	50	3,3	0,6	17,1	90,5
				18,5	24,3	61,7	543,3		27,1	36,8	88,5	801,5
Полдник	Берries	645	150	4,2	0,1	10,0	59	200	0,6	0,1	16,4	91
	Печенье		15	1,2	1,7	11,2	62,5	20	1,0	1,7	11,2	62,2
Итого				5,4	1,8	21,2	121,5		6,6	1,8	27,6	157,2
Всего												
Ужин	Картофельное пюре	520	120	2,4	3,7	16,1	109	150	3,1	4,6	20,1	137
	Тертые овощи	461	60	8,2	12,9	10,1	190	80	10,8	17,0	12,9	248
	Чай с сахаром	12	150	0,1	0,0	4,6	18	200	0,1	0,0	9,1	23
Всего	Желе	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,6	1,0	17,3	91,7
				13	14,5	46,8	387,5		16,6	22,6	59,4	501,7
				50,8	55,7	191,9	1,474,4		70,9	82,5	259,5	2,038,4

Информация
2023.09.26

Знаменье

Тондеевская

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша рисовая молочная	302	150	5,3	7,7	26,1	195	200	7,7	10,1	43,9	297
	кисель на молоке	44	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,1	2,8	14,2	93
	бутерброд с мясом	1	40	2,4	8,6	14,6	146	50	2,89	6,96	24,93	180,6
Итого				9,8	18,4	51,7	411		14,39	19,76	83,53	570,6
2-й завтрак	бананы		100	0,9	0,1	9	41	100	0,9	0,1	9	41
Обед	удец со свиной кашей	124	150	1,1	3,3	5,0	55	250	1,8	5,8	8,4	93
	суповое из мяса	272	50	14,5	15,2	3,2	212	70	20,1	22,5	3,2	242
	суповое отварное	332	120	4,3	3,4	26,7	137	150	5,5	4,2	33,3	198
	салат из овощей маринов	71	40	0,4	1,8	5,8	40	60	0,6	2,7	8,2	60
	компот из сухофруктов	639	150	0,7	0,24	20,6	82	200	1,0	0,25	24,5	110
Итого				21	24,24	61,3	546		2,9	33,25	81,1	736
Полдник	сок	83	100	0,5	0,1	10,1	42,67	100	0,5	0,1	10,1	42,67
	печенье		15	1,125	1,77	14,23	62,58	20	1,76	3,96	4,08	69,8
Итого				1,75	1,87	24,33	105,23		2,26	4,06	14,18	112,47
Всего												
Ужин	супу овощное	215	150	2,5	7,6	14,5	136	200	3,3	10,1	19,4	182
	пюреное суповое	310	60	10,24	5,12	1,84	94	80	13,69	7,1	2,45	128
	компот с сахаром	12	150	2,1	2,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
Всего	чай с сахаром	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	17,3	91,4
				15,14	13,84	36,94	318,5		19,78	18,28	48,25	426,7
				48,85	58,25	183,27	1421,73		66,33	75,45	236,06	1886,77

3 недели

Вторник

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет				От 3-х до 7 лет					
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	блины мясные с маслом	297	150	5,6	6,0	27,4	181	200	7,4	8,0	36,5	241
	каша на молоке	270	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	булгур с овощами	3	40	5,0	3,0	14,5	106	65	7,9	9,12	24,2	172
Итого				13	11,3	52,1	356		18,5	20,27	74,2	506
2-й завтрак	молоко		100	0,4	0,4	9,8	38,5	100	0,4	0,4	9,8	38,5
Обед	суп гороховый	139	150	4,5	2,6	14,2	114	250	8,0	4,4	31,8	202
	картофельное пюре	520	150	2,4	3,2	16,1	109	150	2,1	4,6	20,1	137
	салат из овощей	178	50	10,1	7,0	6,8	131	75	15,1	10,5	10,1	196
	сметана	64	40	0,5	2,9	3,2	42	60	0,8	4,9	4,8	66
	компот	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	78
Итого				17,5	16,2	59,8	453		27	24,4	86,8	672
Полдник	молоко	697	150	4,1	4,6	6,4	82	200	5,5	6,2	8,6	110
	печенье		15	1,125	1,77	14,23	62,56	20	1,76	3,96	4,08	69,8
Итого				5,225	6,37	20,63	144,56		7,26	10,16	12,68	179,8
Всего	сметана		40	2,04	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Ужин	картофельная запеканка	366	120	21,8	15,8	27,6	341	150	27,5	19,8	35,1	431
	пюре		15	0,06	0	9,45	37,5	20	0,06	0	13	50
	компот	12	150	0,1	0,03	4,7	19	200	0,2	0,03	9,3	37
Всего	компот с яблоками			22,06	15,83	42,05	397,5		27,78	19,83	54,4	578
				60,85	50,58	176,11	1.478,9		84,24	75,66	257,98	2.029,8

Утверждено
2025 09 29



Удобрение
30.09.2020

Знак

Сред

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша манная	311	150	3,8	5,9	14,6	138	200	5,0	7,8	23,4	184
	борок на сметане	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,0	2,8	14,7	93
	бутерброд с сыром	3	40	5,0	3,0	14,5	106	65	7,9	9,1	24,2	172
Итого				10,9	11	43,1	314		15,7	19,7	62,3	449
2-й завтрак	гречка		100	0,4	0,3	10,3	46	100	0,4	0,3	10,3	46
	куринный суп с овощами		150	11,16	7,83	11,18	156,83	250	18,61	13,05	18,6	261,39
	и салат		30	6,45	5,8	0,4	81,5	30	6,45	5,8	0,4	81,5
Обед	гречка рассыпчатая	313	150	7,88	5,98	39,81	248	200	11,49	6,44	37,06	320
	суп с курицей	310	60	10,24	5,12	18,4	94	80	13,69	7,1	2,45	128
	каша манная с яблоками	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	27,5	110
Итого				34,41	24,44	73,81	662,33		51,54	32,74	102,01	900,79
Полдник	компот из свежих фруктов	631	150	0,1	0,1	11,8	47	200	0,2	0,1	17,2	68
Итого												
Всего	сметаной		40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Ужин	каша манная	534	120	2,6	3,9	11,3	90	150	3,3	4,9	14,1	113
	котлеты мясные	451	50	7,8	10,8	8,3	163	70	11,0	15,2	10,9	225
	чай с сахаром	12	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
Всего	сметаной	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	14,3	91,7
				12,8	15,62	40,2	341,5		17,09	21,18	51,4	454,7
				64,25	52,27	192,57	1.480,17		88,23	74,72	260,31	2.009,09

Информация
Зел: А. Король

3 недели

Сетвер

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

МСПО для МДО												
день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Вареное мясо мясное	160	150	4,3	3,9	14,1	89	200	4,4	3,2	19,9	148
	чай с сахаром	12	150	1,1	0,8	6,2	38	200	1,4	1,4	11,2	61
	бутерброд с сыром	3	45	4,73	6,88	14,56	139	60	6,68	8,45	19,39	180
Итого				10,13	11,88	34,86	266		12,48	15,05	50,49	389
2-й завтрак	грибы		100	0,4	0,3	10,3	46	100	0,4	0,3	10,3	46
Обед	Суп картофель. с мясом, грибами	46	150	4,81	4,88	9,57	103,8	200	6,31	6,5	13,57	140,5
	рисовая порция	388	50	8,1	5,7	6,9	112	80	12,1	8,6	10,3	168
	рис отварной	315	120	2,92	4,3	29,35	167,46	150	3,66	5,38	36,89	209,7
	салат из овощей	43	40	0,9	1,8	4,2	36	60	1,4	2,2	6,3	53
	компот из фруктов	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	27,5	110
Итого				17,43	16,72	70,62	571,56		21,47	23,23	84,33	683,2
Полдник	йогурт		150	4,39	2,25	16,9	105	180	5,24	2,4	20,28	126
	чай		20	0,8	5,94	12,2	103,6	30	1,2	8,92	19,3	153,4
Итого				5,19	8,19	29,1	208,6		6,47	11,62	38,59	281,4
Всего	овощи рисовый		40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	17,1	90,5
Ужин	Вареное мясо мясное	19	150	1,89	15,21	12,48	193,89	250	4,86	5,76	34,75	214,06
	чай с сахаром	51	15	2,55	1,27	0	21,6	25	4,25	2,13	0	36
	бутерброд	12	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
	чай с сахаром	35	30	2,13	0,9	16,0	90,5	35	2,69	1,05	17,3	91,7
Всего	овощи рисовый			6,84	17,4	33,08	303,99		11,9	8,97	61,15	366,76
				42,63	54,97	191,32	1.395,49		59,02	59,77	271,96	1.856,86

Учитель музыки
Золотухина Тарасовна

3 неделя

Тематическая

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			Выход	б	ж	у	ккал	Выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Веник с творогом и сметаной	265	60	5,5	7,8	1,6	98	90	8,2	11,2	2,4	142
	Халва с маком	270	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	Бутерброд с мясом	1	40	2,4	8,8	14,6	146	50	3,80	6,98	24,93	180,6
Итого				10,3	18,7	26,4	313		15,29	21,76	40,23	420,6
2-й завтрак	Молоко	-	100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
Обед	Суп картофельный с морковью	138	150	1,6	1,5	11,6	68	250	2,6	2,6	19,3	113
	Жареные тушеные с мясом	436	120	2,49	8,72	15,52	194,99	150	12,62	12,9	19,4	243,44
	Салат из овощей	64	40	0,5	2,9	3,2	42	60	0,8	4,9	4,8	66
	Чай	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	48
Итого			40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
	Сладкий напиток			13,23	13,6	59,68	464,99		17,32	19	82,6	589,24
Полдник	Кефир	645	150	4,2	0,1	10,0	59	200	5,6	0,1	16,4	91
	Пирожки		15	1,25	1,42	4,23	62,58	20	1,0	1,49	11,25	67,2
Итого				5,45	1,87	21,23	121,56		6,6	1,89	27,65	158,2
Всего												
Ужин	Веник	644	50	2,4	4,7	16,1	118	40	3,8	4,1	22,5	141
	Потенциал		15	0,06	0	9,75	17,5	20	0,08	0	13	50
	Чай с сахаром	12	150	0,1	0,03	4,7	19	200	0,2	0,03	9,3	27
Всего				2,86	4,73	30,55	174,5		4,08	4,13	44,8	258,0
				32,24	39,3	146,66	1131,35		43,69	50,18	203,68	1448,45

Yurkoff to you
Bill & Peg
Negrope

Тондеевский

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Паштет куриный с овощами	302	150	6,1	7,4	26,7	198	200	2,1	9,8	35,60	264
	Каша с яблоками	270	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	Бутерброд с сыром	3	40	5,0	3,0	14,5	126	65	7,9	9,17	24,2	142
Итого				13,5	12,7	51,4	373		19,2	22,07	73,3	529
2-й завтрак Обед	Йогурт		100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
	Суп	110	150	2,1	3,3	7,5	63	250	1,8	5,7	12,5	107
	Тертая курица с овощами	461	60	2,2	12,9	10,1	190	80	10,8	14,0	12,9	248
	Рис отварной	315	120	2,92	4,3	29,35	167,78	150	3,66	5,38	36,69	209,7
	Салат овощной	595	20	0,4	1,0	1,2	16	30	0,6	1,5	1,9	23
	Кисель	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	76
Итого				12,62	21,5	63,15	493,76		16,86	29,58	83,99	663,7
Полдник	Сметана		100	0,5	0,1	10,1	42,67	100	0,5	0,1	10,1	42,67
	Чай		15	1,125	1,47	14,23	62,56	20	1,76	3,96	4,08	69,8
Итого				1,625	1,87	24,33	105,23		2,26	4,06	14,18	112,47
Всего	сметаной		40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Ужин	Макаронная запеканка с сыром	262	150	7,15	9,8	26,1	225	200	10,4	14,2	38,6	353
	Чай с сахаром	12	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
	Салат овощной	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	14,3	91,7
Всего				9,9	10,72	46,7	313,5		13,19	18,28	65	471,7
			40,68	47,67	195,38	1.413,33		55,21	74,99	263,37	1.925,87	

Утверждено
Зеленая Карпов

Анекдот

Вторник

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет						От 3-х до 7 лет			
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша рисовая с мясом	311	150	5,6	6,6	20,4	187	200	74	8,8	33,1	250
	чай с сахаром	12	150	1,1	1,1	6,2	38	200	14	1,4	11,2	61
Итого	бутерброд с мясом	1	40	2,4	2,6	14,8	148	50	380	6,88	24,93	222,6
				9,1	16,3	47,2	371		12,69	17,16	71,23	491,6
2-й завтрак	суп		100	0,4	0,3	10,3	46	100	0,4	0,3	10,3	46
	Обед	135	150	1,2	2,6	6,5	53	250	2,0	4,3	10,8	91
	суп овощной	313	150	8,86	5,98	39,81	248	200	11,24	6,74	53,06	320
	суп из мяса	277	50	14,5	15,7	3,2	212	70	20,1	20,5	3,2	274
Итого	бульон из овощей	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,25	27,5	110
	суп рассольный		40	2,64	0,48	13,36	69,34	50	3,3	0,6	17,1	90,5
Полдник	исогурт		150	27,9	24,8	83,47	666,34		38,19	32,22	111,66	888,5
				4,39	2,25	16,9	125	180	5,24	2,7	20,28	126
Итого												
Всего												
Ужин	суп овощной	215	150	2,5	7,6	14,5	136	200	3,3	10,1	19,4	182
	бульон из мяса	310	60	10,24	5,12	18,4	94	80	13,69	7,1	2,45	128
Всего	чай с сахаром	12	150	1,1	1,1	6,2	38	200	14	1,4	11,2	61
	суп рассольный	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	33	2,69	1,05	14,3	91,4
				15,14	13,64	36,94	318,5		19,78	18,28	48,25	426,5
				56,93	57,29	194,81	1.506,84		76,33	70,66	262,24	1.971,6

Учитель пищевого
зала 207 Купоросов

Андреева

Среды

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша манная	311	150	3,8	5,9	14,6	138	200	5,0	7,8	23,4	184
	каша на манке	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,8	2,8	14,2	83
	бутерброд с мясным суб	1	40	2,4	2,6	14,6	148	50	3,89	6,86	24,93	180,6
Итого				8,3	16,6	43,2	354		11,69	12,56	63,03	457,6
2-й завтрак	апельсин		100	0,9	0,2	2,1	46	100	0,9	0,2	8,1	46
	Суп картофель. с рыбными гриба.	84	150	3,4	1,9	9,4	684	200	4,5	2,5	12,5	89,8
	картофель тушеный с мясом	436	120	2,49	2,72	15,52	194,99	150	12,62	10,9	19,4	243,44
Обед	салат из свеклы	64	40	0,5	2,9	2,2	42	60	0,0	4,9	4,8	66
	рисовый	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	20,0	76
	оселед. рыбный		40	2,64	0,48	13,36	69,14	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Итого				15,03	14	56,48	430,43		19,22	18,9	73,8	566,04
Полдник	медово	697	150	4,1	4,6	6,4	82	200	5,5	6,2	8,6	110
	булочка сдобная	84	50	3,9	4,3	26,1	159	70	5,5	6,0	36,8	223
				8	8,9	32,7	241		11	12,2	45,4	333
Всего												
Ужин	котлеты из фарша	294	75	12,9	2,1	19,1	202	120	20,6	13,0	32,0	329
	свекольный салат											
	пюре с желеобразн-	12	150	0,1	0,03	4,7	19	200	0,2	0,03	9,3	27
Всего	желе с желеобразн	35	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	14,3	91,7
	желе с желеобразн			15,3	9,03	39,8	291,5		23,49	14,08	58,6	454,7
				47,53	48,73	180,28	1363,23		66,3	62,94	248,93	1860,34

Учредителем
ЗАО «АТ» является



4 недели
Четверг

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет				От 3-х до 7 лет					
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	каша ячменная молочная	4,4	150	5,3	5,7	27,6	184	200	7,1	7,6	36,7	245
	пюре картофельное	2,20	150	2,4	2,3	10,2	69	200	3,2	3,1	13,5	93
	бутерброд с сыром	3	40	3,0	3,0	14,5	106	65	7,9	9,1	24,2	172
Итого				10,7	11	52,3	359		19,2	19,8	74,4	510
2-й завтрак	бананы		100	0,9	0,1	9	41	100	0,9	0,1	9	41
Обед	суп картофельный с грибами	140	150	1,7	1,7	10,7	68	250	2,3	2,2	14,3	88
	пюре картофельное		180	16,1	12,7	13,2	230	200	18,0	14,4	15,2	262
	пюре картофельное с грибами	150	40	0,4	1,8	5,8	40	60	0,6	2,7	8,7	60
	салат из моркови	41	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	24,5	110
	компот из сухофруктов	639		18,9	16,24	50,3	418		21,9	19,35	65,7	520
Итого			150	0,1	0,1	11,8	47	200	0,2	0,1	14,2	68
Полдник	компот из сухофруктов	639	50	3,9	4,3	26,3	150	70	5,5	6,0	36,8	223
	бананы свежие	84		4	4,4	38,1	206		5,7	6,1	54	291
Итого			30	2,64	0,48	13,36	89,34	50	3,3	0,6	12,1	90,5
Всего	свежий рацион		60	16,6	11,5	3,1	183	70	20,2	14,2	4,0	225
Ужин	суп картофельный	3	150	0,1	0,02	4,6	18	200	0,1	0,03	9,1	25
	чай с сахаром	12	30	2,3	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,25	14,3	91,7
	свежий рацион	35		19	12,42	23,7	271,5		22,99	15,28	30,4	341,7
Всего				55,5	44,64	186,76	1,354,84		72,99	61,3	250,6	1,794,2

Удобрение
Зеленый Клевер

4 недели

Пятница

Меню для МДОУ Загородный детский сад 12 часовым пребыванием детей

01.01.2022

день	Наименование блюд	№ рецептуры	До 3-х лет				От 3-х до 7 лет					
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Пшени гречневая каша	302	150	6,8	6,7	27,8	200	200	9,0	9,0	34,0	266
	варен на сливках	14	150	2,1	2,1	11,0	70	200	2,8	2,8	14,7	93
	бутерброд с мясным сыром	1	40	2,4	8,6	14,6	146	50	3,84	6,86	24,93	180,6
Итого				11,3	14,4	53,4	416		15,69	17,86	72,63	539,6
2-й завтрак	овсянка		100	0,4	0,4	9,8	58,5	100	0,4	0,4	9,8	58,5
Обед	Суп мясной с овощами	432	150	3,0	3,3	9,6	81	250	4,0	5,6	16,0	134
	картофельные паре	520	150	2,4	3,7	16,1	109	160	3,1	4,6	20,1	132
	котлеты мясные	451	50	7,8	10,8	8,3	163	70	11,0	15,2	10,9	225
	картофель с овощами	639	150	0,7	0,04	20,6	82	200	1,0	0,05	24,5	110
	хлеб ржаной		40	1,64	0,48	13,38	69,34	50	3,3	0,6	14,1	90,5
Итого				16,54	18,32	64,96	504,34		22,4	26,05	92	696,5
Полдник	кефир	645	150	4,2	0,1	10,0	59	200	5,6	0,1	16,4	91
	творог		15	1,25	1,77	11,23	62,58	20	1,0	1,44	11,25	67,2
Итого				5,45	18,7	21,23	121,58		6,6	1,94	27,65	158,2
Всего												
Ужин	булочки мясные	240	150	6,13	6,5	96,3	268	200	8,4	8,6	61,4	358
	варенье	648	150	0,0	0,0	15,0	57	200	0,0	0,0	22,0	75
	хлеб мякишный	35	30	2,13	0,9	16,0	70,5	35	2,69	1,05	14,3	91,4
Всего				8,6	7,4	77,3	393,5		11,09	9,65	99	525,7
				42,29	62,22	229,69	1,495,9		56,78	56,75	305,08	1,978,5