

Подписано цифровой  
подписью: Шевцова Елена  
Викторовна

ежедневное меню

Утверждено Заведующий МДОУ Е.В.Шевцова  
Дата: 2025.03.11 13:41:18 +03'00' Дата 11.03.2025

Сезон: летне-осенний возрастная категория 3-7 лет

| №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда                      | Выход,<br>г | Белки, г     | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|--------------------|-----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|----------------|
|                    | <b>Завтрак</b>                          |             |              |              |                  |                |
| 93                 | изделиями                               | 200         | 5.75         | 5.21         | 18.84            | 145.20         |
| 392                | Чай с сахаром                           | 180         | 0.06         | 0.02         | 9.99             | 40             |
| 86                 | масло сливочное 72,5% Хлеб<br>пшеничный | 10\5\30     | 6.68         | 8.45         | 19.40            | 180.00         |
|                    | <b>Итого за завтрак:</b>                | <b>425</b>  | <b>12.49</b> | <b>13.68</b> | <b>48.23</b>     | <b>365.20</b>  |
|                    | <b>Обед</b>                             |             |              |              |                  |                |
| 58                 | Борщ из свежей капусты                  | 200         | 1.82         | 4.91         | 12.74            | 102.50         |
| 439\438            | Пельмени из говядины                    | 135         | 20.90        | 11.90        | 36.04            | 350.00         |
| 354                | Соус сметанный                          | 50          | 0.4          | 1.45         | 1.45             | 22.23          |
| 372                | Компот из сежих яблок                   | 180         | 0.27         | 0.04         | 16.29            | 63.00          |
|                    | Хлеб пшеничный                          | 20          | 1.52         | 0.18         | 9.38             | 46.00          |
| -                  | Хлеб ржаной                             | 20          | 1.33         | 0.24         | 7.10             | 36.18          |
|                    | <b>Итого за обед:</b>                   | <b>605</b>  | <b>26.24</b> | <b>18.72</b> | <b>83.00</b>     | <b>619.91</b>  |
|                    | <b>Полдник:</b>                         |             |              |              |                  |                |
| 449                | Печенье/Пряники                         | 50          | 1.41         | 2.01         | 14.07            | 142.58         |
| 400                | Молоко кипяченое                        | 180         | 5.48         | 5.45         | -                | 102.00         |
|                    | <b>Итого за полдник</b>                 | <b>230</b>  | <b>6.89</b>  | <b>7.46</b>  | <b>14.07</b>     | <b>244.58</b>  |
|                    | <b>Итого за день:</b>                   | <b>1260</b> | <b>45.62</b> | <b>39.86</b> | <b>145.30</b>    | <b>1229.69</b> |



Подписано цифровой  
подписью: Шевцова Елена  
Викторовна

ежедневное меню

Утверждено  
Неделя: Первая  
Заведующий МДОУ  
День - вторник  
Е.В. Шевцова  
Дата: 2025.03.11 13:40:46 +03'00' Дата 11.03.2025

Сезон летне-осенний возрастная категория 1.5 - 3 лет

| №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда                                                | Выход,<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|----------------|
|                    | <b>Завтрак</b>                                                    |             |              |              |                  |                |
| 93                 | Суп молочный с макаронными изделиями                              | 150         | 4.31         | 3.91         | 14.13            | 108.90         |
| 392                | Чай с сахаром                                                     | 160         | 0.04         | 0.01         | 6.99             | 28             |
| 86                 | Бутерброд:Сыр российский 50% масло сливочное 72.5% хлеб пшеничный | 30\10\5     | 6.68         | 8.45         | 19.40            | 180.00         |
|                    | <b>Итого завтрак:</b>                                             | <b>355</b>  | <b>11.03</b> | <b>12.37</b> | <b>40.52</b>     | <b>316.9</b>   |
|                    | <b>Обед</b>                                                       |             |              |              |                  |                |
| 58                 | Борщ из свежей капусты                                            | 150         | 1.09         | 2.95         | 7.65             | 61.50          |
| 439\438            | Пельмени из говядины                                              | 135         | 15.70        | 8.90         | 27.03            | 255.50         |
| 354                | Соус сметанный                                                    | 50          | 0.04         | 1.45         | 1.45             | 22.23          |
| 372                | Компот из свежих яблок                                            | 160         | 0.23         | 0.03         | 13.57            | 52.50          |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                    | 20          | 1.52         | 0.18         | 9.38             | 46.00          |
| -                  | Хлеб ржаной                                                       | 20          | 1.33         | 0.24         | 7.10             | 36.18          |
|                    | <b>Итого обед:</b>                                                | <b>535</b>  | <b>19.91</b> | <b>13.75</b> | <b>66.18</b>     | <b>473.91</b>  |
|                    | <b>Полдник:</b>                                                   |             |              |              |                  |                |
| 449                | Печенье                                                           | 30          | 1.41         | 2.01         | 14.07            | 142.58         |
| 400                | Молоко кипяченое                                                  | 160         | 4.57         | 4.54         | 0.00             | 85.00          |
|                    | <b>Итого полдник:</b>                                             | <b>190</b>  | <b>5.98</b>  | <b>6.55</b>  | <b>14.07</b>     | <b>227.58</b>  |
|                    | <b>Итого за день:</b>                                             | <b>1080</b> | <b>36.92</b> | <b>32.67</b> | <b>120.77</b>    | <b>1018.39</b> |