

Меню приготавливаемых блюд, 1 день
Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	пищевые вещества			Энергетич. цен, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1 (стр.181 № 93)	130	Масло сливоч.	3	3	4,17	5,65	16,17	131,51	93
			Молоко	68	68					
			сахар	3	3					
			Крупа Грккулес	19	19					
			вода	44	44					
	Кофейный напиток с молоком 1 (стр.419 № 253)	150	Кофейный напиток	1,5	1,5	2,1	2,4	14,79	89,02	253
			Молоко	75	75					
Вода			90	90						
Сахар			11	11						
Яйца вареные 3(стр. 218 № 213)	40	Яйцо	40	40	29,64	4,6	0,28	63	213	
Хлеб	30	Хлеб пшенич	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6		
Итого за завтрак		350				38,22	13,55	46,18	362,13	
Завтрак 2	Яблоко	100	Яблоко	106	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп картофельный с бобовыми 1 (стр.119 № 36)	180	Картофель	48	36	1,68	2,80	9,8	71,13	36
			Лук	9	7,2					
			Вода	126	126					
			Морковь	9	7,2					
			масло сливоч	4	4					
			горох	15,3	14,4					
	Биточки 1 (стр.292 № 161)	60	Говядина	69	56	11,04	10,72	5,27	161,64	161
			Вода	14	14					
			Масло сливочное	4	4					
			Хлеб	11	11					
			Сухари	6,5	6,5					
	Вермишель с маслом 2 (стр.206 №75)	70	Макар издел	25	25	2,73	2,87	14,59	96,78	75
			Соль	0,35	0,35					
			Масло сливочн	3,1	3,1					
	соус сметанный 2(стр.259 №115a)	20	мука пшенич	2	2	0,33	0,96	0,59	15,4	115a
вода			16	16						
сметана			6	6						
Салат из огурцов с растит маслом 2 (стр.135 № 17)	40	огурцы	38	36	0,35	2,84	1,05	30,92	17	
		масло растит	2,8	2,8						
Сок персиковый	170	Сок персик	170	170	0,85	0	21,62	89,72		
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,68	72,4		
Итого за обед		580				19,62	20,67	66,60	537,99	
Полдник	Йогурт	190	Йогурт	190	190	9	5,76	15,3	153	
	Сдоба Обыкновенная 1 (стр.461 № 280)	45	дрожжи	0,5	0,5	3,54	2,76	26,54	145,11	280
			яйца	1	1					
			масло растит	1	1					
			Мука пшеничная	33	33					
			сахар	3	3					
			соль	0,5	0,5					
Итого за полдник		235				12,54	8,52	47,84	298,11	
	Картофель отвар 2 (стр.184 № 54)	120	Картофель	160	120	2,32	3,39	12,94	115,55	54
			Масло сливочное	4	4					
	Печень по строгановски 2 (стр.243 №102)	115	печень	121	100,5	2,22	3,2	12,4	110,7	102
			масло слив	3,5	3,5					
			Лук	14	12					
			морковь	26	19					
			мука пшенич	3,5	3,5					
			сметана	12	12					
	Чай с сахаром 2 (стр. 276 № 132)	150	чай	0,5	0,5	9	2,3	9,75	36,96	132,0
			Вода	142,5	142,5					
Сахар			9,8	9,8						
Хлеб	20	Хлеб пшеничный	20	20	1,54	0,6	9,96	52,4		
Итого за ужин		405				15,08	9,49	45,05	315,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						85,86	52,63	209,47	1557,84	

Утверждаю:

Заведующий Е.В. Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 2 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химич состав			Энерг цен, ккал	№ рецептуры	
						Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный с сыром 2 (стр.209 № 78)	150	Масло сливоч.	3	3	13,86	14,73	4,48	205,38	78	
			соль	0,3	0,3						
			яйца	68	68						
			Молоко	84	84						
				сыр	14	13					
	молоко	160	Молоко	160	160	4,48	5,1	7,5	90,6		
	Хлеб	30	Хлеб пшен	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6		
Итого за завтрак		340				20,65	20,73	26,9	374,58		
Завтрак 2	Банан	100	Банан	106	100	1,5	0,5	21	95		
Обед	Рассольник ленинградский 1 (стр.116 № 33)	180	Морковь	9	7,2	3,62	8,14	23,31	107,71	33	
			Картофель	72	54						
			Масло растит	3,6	3,6						
			Сметана	7,2	7,2						
			Лук	4,5	3,6						
			Бульон	135	135						
			Огурцы сол	12,6	10,8						
			Крупа пшенич	3,6	3,6						
	Плов из отварной говядины 1(стр. 296 № 163)	120	Говядина	97,5	71,6	14,59	12,41	20,23	2051,06	163	
			Морковь	11	9						
			Крупа рисовая	25	25						
			Лук	10,8	9						
				масло сливоч	3	3					
	Зеленый горошек отварной 2(стр. 119)	40	горошек зеленый	62	40	1,24	0,08	2,6	16	3а	
	Компот из сухофр изюма 3 (стр. 304 №376)	120	Сахар	6,6	6,6	0,24	0	16,6	67,8	376	
			изюм	12	12						
			Вода	122	122						
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,68	72,4		
Итого за обед		500				22,33	21,11	76,46	2314,97		
Полдник	Снежок	190	Снежок	190	190	5,13	1,9	22,9	124		
	коржик молочный 1(стр.458 №279)	60	мука пшенич	34	34	4,09	7,02	40,6	242,1	279	
			сахар	17	17						
			яйцо	3	3						
			молоко	6	6						
			масло сливоч	8	8						
Итого за полдник		250				9,22	8,92	63,5	366,1		
Ужин	Рыба, тушенная в томате с овощами 1 (стр. 257 № 144)	160	Минтай	129	99	16,55	9,15	8,56	182,73	144	
			Морковь	36	29						
			вода	29	29						
			Лук	19	16						
			масло растит	8	8						
			сахар	2,9	2,9						
			томат-пюре	10	10						
	Морковь отварная 1(стр. 371 № 211)	120	Морковь	164	130,8	1,35	4,5	7,47	79,71	211	
			Масло растит	6	6						
	Чай сладкий с лимоном 2 (стр.277 № 133)	150	Чай	0,5	0,5	0,17	3,05	9,98	39,44	133	
			Вода	132	132						
			Сахар	9,8	9,8						
Лимон			8	7							
Хлеб	30	Хлеб пшеничн	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6			
Итого за ужин		460				20,38	17,6	40,95	380,48		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						74,08	68,86	228,81	3531,13		

Утверждаю:

Заведующий  Е.В.Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 3 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг ценн, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша "Дружба" 1 (стр. 172 № 84)	150	Крупа рисовая	15	15	4,8	6,3	25,7	176,42	84
			Масло сливочное	3	3					
			Молоко	75	75					
			Вода	51	51					
			Крупа пшеничная	8	8					
			Сахар	3	3					
	Кофейный напиток на сгущенном молоке 1 (стр.418 № 252)	180	Кофейн напиток	1,8	1,8	1,8	2,1	23,1	118,6	252
			Молоко цельное сгущенное с сахаром	25	25					
			Вода	143	143					
			Сахар	9	9					
	Закр бутерброды с повидлом 3(стр.96 № 5)	45	повидло	10,1	10	2,45	3,93	21,06	129	5
			Масло сливоч	5	5					
			Хлеб пшенич	30	30					
Итого за завтрак		375			9,05	12,13	69,86	424,02		
Завтрак 2	Груша	80	Груша	90	80	0,3	0,3	8,2	37	
Обед	Суп свекольник 1 (стр.117 № 34)	180	Свекла	58	46,17	3,62	8,14	23,31	107,71	34,0
			Картофель	41	31,05					
			Масло сливочное	3,6	3,6					
			Лук	9,63	8,01					
			Вода	144	144					
			Морковь	9	7,2					
			Томат-пюре	2,3	2,3					
			Сметана	7,2	7,2					
			Сахар	1,2	1,2					
	Курица отварная 2 (стр. 250 № 108)	75	Курица отварная	114	100	16,70	10,7	0	174,35	108,0
	Картофельное пюре 2 (стр. 186 № 56)	120	Картофель	117	88	2,6	3,7	6,4	99,1	56
			Молоко	34	34					
			Соль	0,3	0,3					
			Масло сливочное	3	3					
	Салат из свежих помидор 1 (стр. 99 № 18)	40	Томаты	43	37	0,4	4,6	1,84	45,57	18
			масло подсе	4	4					
Кисель из свежих ягод 1(стр. 399 №235)	120	Сахар	9	9	0,072	0	12,69	51,05	235,00	
		крахмал	3	3						
		Вода	108	108						
		ягода	15	14,4						
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4		
Итого за обед		575			26,03	27,62	57,94	550,18		
Полдник	Пирожок печеный с капустой 2 (стр. 282 № 138)	50	Мука пшен	22	22	3,42	9,9	14,74	124,59	138
			Сахар	1,5	1,5					
			Масло растител	2	2					
			Яйца	5	5					
			Соль	0,1	0,1					
			Молоко	11	11					
			Масло сливочное	3	3					
			Капуста белок св	19	15					
			Дрожжи	0,8	0,8					
	Сок грушевый	170	Сок грушевый	170	170	0,85	0	21,59	89,72	
Итого за полдник		220			4,27	9,9	36,33	214,31		
Ужин	Суфле творожное 2 (стр. 213 № 82)	120	Творог	90	88	17,16	10,76	14,74	231,36	82
			Мука пшеничная	8	8					
			Масло сливочное	1	1					
			Яйца	12	12					
			Молоко	26	26					
			Сахар	7	7					
	сгущ молоко	40	сгущ молоко	40	40	2,88	3,33	22,2	131,2	
	Чай сладкий с молоком 2 (стр. 278 № 134)	150	Чай	0,5	0,5	2,34	2,43	13,3	81,96	134
Сахар			9,8	9,8						
молоко			75	75						
Хлеб	30	Хлеб пшенич	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6		
Итого за ужин		340			24,69	17,42	65,16	523,12		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:					64,34	67,37	237,49	1748,63		

Утверждаю:
Заведующий

Е.В.Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 4 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг ценн, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая 2 (стр. 195 № 64)	130	Крупа гречнев	13	13	1,54	6,78	16,25	144,55	64
			Масло сливоч.	4	4					
			Молоко	98	98					
			Сахар	3,9	3,9					
			Соль	0,33	0,33					
			Вода	15,6	15,6					
	Кофейный напиток с молоком 1 (стр.419 № 253)	160	Кофейный нап	1,6	1,6	2,24	2,56	15,77	94,96	253
			Молоко	80	80					
			Вода	96	96					
			Сахар	12	12					
Яйца вареные 3(стр. 218 № 213)	40	Яйцо	40	40	29,64	4,6	0,28	63	213	
Бутерброд с маслом 4 (№ 495)	46	Хлеб пшенич	40	40	2,32	7,41	14,38	135,77	495	
		Масло сливоч.	6	6						
Итого за завтрак		376				38,74	21,4	46,68	438,28	
Завтрак 2	Банан	100	Банан	106	100	1,5	0,5	21	95	
Обед	Суп рыбный из консервов 2 (стр.166 № 42)	180	Картофель	67	50,4	7,33	1,87	11,99	108,61	42
			Лук	9	7,56					
			консервы	28,8	28,8					
			крупа рисовая	7,2	7,2					
			Вода	216	216					
			петрушка	1,8	1,35					
			соль	0,36	0,36					
			Морковь	14	11,52					
	Тефтели мясо- крупяные 2 (стр. 248 № 106)	100	Говядина	75	68	12,64	9,49	6,47	168,73	106
			Крупа рисов	12	12					
			Лук	10	9					
			Яйцо	5	5					
			вода	240	240					
	Соль	0,2	0,2							
	Свекла отварная 1 (стр.371 № 211)	120	Свекла	164	131	1,4	4,5	7,50	79	211
			Масло растит	6	6					
	Икра кабачковая 2(стр.120 № 4)	40	Икра кабачковая	42	40	0,76	3,56	3,08	47,6	4
Компот из сушеных фруктов 3 (стр.304 № 376)	140	Сахар	10	10	0,28	0,017	19,36	65,38	376	
		сухофрукты	14	35						
		Вода	142	142						
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4		
Итого за обед		620				25,05	19,92	62,10	541,72	
Полдник	Сок персиковый	170	Сок персик	170	170	0,85	0	21,6	89,72	
	Булочка домашняя 1 (стр.449 № 274)	40	Мука пшенич	28	28	2,93	6,29	24,6	152,7	274
			Сахар	6	6					
			Дрожжи	0,7	0,7					
			Соль	0,3	0,3					
			Масло растит	5	5					
			Яйца	1	1					
Итого за полдник		210				3,78	6,29	46,22	242,42	
Ужин	Суп молочный с макар изделиями 1(стр.127 №44)	200	Масло сливоч	2	2	5,58	6,12	19,73	156,08	44
			Молоко	140	140					
			вода	44	44					
			Сахар	2	2					
			Макароны	16	16					
	Чай с сахаром 2 (стр. 276 № 132)	150	Чай	0,5	0,5	9	2,3	9,75	36,96	132
			Сахар	9,8	9,8					
Вода			142,5	143						
Хлеб	20	Хлеб пшеничн	20	20	1,54	0,6	9,96	52,4		
Итого за ужин		370				16,12	9,02	39,44	245,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						85,19	104,6	370,4	2785,28	

Утверждаю:
Заведующий
Меню приготавливаемых блюд, 5 день
Возрастная категория: от 1 до 3 лет

14.09.2026

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто	Нето	Химический состав			Энерг ценность , ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная кукурузная 1 (стр. 179 № 91)	150	Крупа кукурузная	29	29	3,45	5,91	25,82	178,48	91
			Масло сливочное	4	4					
			Молоко	73	73					
			Вода	50	50					
			Сахар	3,7	3,7					
	Какао-напиток на молоке 2 (стр. 261 № 117)	150	Какао-порошок	2,5	2,5	4,65	4,8	16,77	127,365	117
			Молоко	135	135					
			Вода	25	25					
			Сахар	9	9					
	Яйца вареные 3(стр. 218 № 213)	20	Яйцо	20	20	14,8	2,3	0,14	31,5	213
Бутерброды с сыром 3(стр.96 № 3)	45	Хлеб пшен	30	30	4,73	6,88	14,56	139	3	
		масло сливоч	5	5						
		Сыр российский	10,6	10						
Итого за завтрак		365				29,6	19,9	57,29	476,345	
Завтрак 2	Яблоко	100	Яблоко	106	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Борщ с фасолью со сметаной 2 (стр.148 № 29)	180	фасоль	7,2	7,2	2,93	1,29	6,73	69,96	29
			Соль	0,63	0,63					
			Картофель	23	17,6					
			Лук	7,2	5,76					
			Вода	216	216					
			Морковь	11	8,64					
			свекла	25	20,2					
			капуста	32	25,9					
			сахар	0,7	0,7					
			Сметана	7,2	7,2					
	Голубцы ленивые 1 (стр. 271 № 150)	70	крупа рисовая	3,5	3,5	6,56	6,69	4,93	106,21	150
			Говядина	39	28					
			Капуста	52	42					
			Лук	5	4					
			Масло сливочное	2	2					
	Картофель отварной 2 (стр.184 № 54)	120	Картофель	160	120	2,32	3,39	12,94	115,55	54
			Масло сливочное	4	4					
	Салат из огурцов с растит маслом 2 (стр.135 № 17)	40	огурцы	38	36	0,35	2,84	1,05	30,92	17,0
			масло растит	2,8	2,8					
	Кисель из свежих ягод 1(стр 399 №235)	120	Сахар	9	9	0,072	0	12,7	51,05	235
			крахмал	3	3					
			ягода	15	14					
			Вода	108	108					
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4	
Итого за обед		570				14,87	14,69	52,05	446,09	
Полдник	Печенье	30	Печенье	30	30	4,2	2,1	35,1	142,36	
	Снежок	190	Снежок	190	190	5,13	1,9	22,6	124	
Итого за полдник		220				9,33	4	57,7	266,36	
Ужин	Запеканка из творога 1 (стр.217 № 117)	120	Творог	113	112	23,38	9,69	23,28	273,78	117
			Крупа манная	8	8					
			Масло сливочное	4	4					
			Яйца	3	3					
			Сметана	4	4					
			мука пшенич	10	10					
			Сахар	7	7					
	Сгуш.молоко	20	Сгуш. Молоко	20	20	1,44	1,17	11,1	75,1	
	Чай сладкий с лимоном 2 (стр.277 № 133)	150	Чай	0,5	0,5	0,17	3,05	9,98	39,44	133,0
			Сахар	9,8	9,8					
лимон			8	7						
Вода			132	132						
Хлеб	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6		
Итого за ужин		320				27,3	14,81	59,3	466,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						81,53	53,79	236,14	1699,72	

Утверждаю:

Заведующий

Е. В. Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 6 день
Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто	Чисто	Химический состав			Энерг ценность, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая 1 (стр. 186 № 98)	150	Крупа рисовая	22	22	3,74	4,83	23,8	153,4	98
			Масло сливочное	3	3					
			Молоко	78	78					
			Вода	52	52					
			Сахар	3	3					
	Кофейный напиток с молоком 1 (стр. 419 № 253)	160	Кофейн напиток	1,6	1,6	2,24	2,56	15,77	94,96	253
			Молоко	80	80					
			Вода	96	96					
			Сахар	12	12					
	Закртытые бутер с повидлом 3(стр. 96 № 5)	45	Хлеб пшеничный	30	30	2,45	7,55	14,62	136	5
			повидло	10,1	10					
			масло сливоч	5	5					
Итого за завтрак		355			8,43	14,94	54,19	384,36		
Завтрак 2	Яблоко	100	Яблоко	106	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп картофельный с бобовыми 1 (стр. 119 № 36)	180	Горох	15,3	14,4	1,68	2,80	9,8	71,13	36
			Картофель	48	36					
			Масло сливочное	4	4					
			Лук	9	7,2					
			Вода	126	126					
			Морковь	9	7,2					
	Гуляш из говядины 1 (стр. 274 № 152)	100	Говядина	130	95	18,56	20,72	5,77	283,79	152
			Масло сливочное	5	5					
			Лук	14	12					
			Мука пшен	3	3					
			Томат-пюре	10	10					
	Картофельное пюре 2 (стр. 186 № 56)	120	Картофель	117	88	2,6	3,7	6,4	99,1	56
			Молоко	34	34					
			Соль	0,3	0,3					
			Масло сливочное	3	3					
	Салат из капусты и моркови с растит маслом 2(стр. 129 № 11)	40	капуста	20	16	0,66	2,8	1,9	36	11
			морковь	8	6					
масло подс			3	3						
соль			0,1	0,1						
Кисель из концентрата плод 4 (стр. № 484)	120	концентр плод	14	14	0	0	9,04	56,48	484	
		Вода	120	120						
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4		
Итого за обед		600			26,14	30,50	46,61	618,90		
Полдник	Пирожок, печеный из сдобного теста с яблоком 1 (стр. 479 № 294)	45	Мука пшен	21	21	3,49	2,92	21,73	127,29	294
			Сахар	1,5	1,5					
			Масло сливочн	2	2					
			Соль	0,2	0,2					
			Вода	5,6	5,6					
			яйца	3	3					
			Дрожжи	0,9	0,9					
	Фарш яблочный 1 (стр. 506 № 317)	18	яблоки свежие	21	15	0,06	0,06	5,15	21,37	317
	Чай сладкий с молоком 2 (стр. 278 № 134)	150	сахпр	3,6	3,6					
			чай	0,5	0,5	2,34	2,43	13,3	81,96	134
Вода			65	65						
молоко			75	75						
Сахар	9,8	9,8								
Итого за полдник		213			5,89	5,41	40,18	230,62		
Ужин	Рыба, запеченная в сметанном соусе 3 (стр. 238 № 252)	160	филе рыбы	106	98	24,34	21,2	13,62	342,42	252
			Масло растит	6	6					
			сыр	8,6	8					
			яйцо	1/3шт	14					
	соус сметанный 3 (стр. 295 № 354)	20	сметана	5,0	5	0,01	0,03	0,03	42,51	354
			Мука пшен	2,0	2					
			соль	0,2	0,18					
			вода	15	15					
	Морковь отварная 1 (стр. 371 № 211)	120	Морковь	164	130,8	1,35	4,5	7,47	79,71	211
			Масло растит	6	6					
Сок персиковый	170	Сок персик	170	170	0,85	0	21,6	89,72		
Хлеб	30	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6		
Итого за ужин		500			28,86	26,63	57,66	632,96		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:					69,72	77,88	208,44	1910,84		

Утверждаю:

Заведующий

Е.В. Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 7 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая 1 (стр.178 № 90)	130	Крупа манная	19,7	19,7	3,94	5,41	19,72	140,8	90
			Масло сливоч.	3	3					
			Молоко	67	67					
			Вода	44	44					
			Сахар	3	3					
	Кофейный напиток на сгущенном молоке 1(стр.418 №252)	150	Кофейн напиток	1,5	1,5	1,51	1,8	19,24	98,91	252,0
			Молоко цельное сгущенное с сахаром	21	21					
			Вода	143	143					
			Сахар	8	8					
	Яйца вареные 3(стр. 218 № 213)	40	Яйцо	40	40	29,64	4,6	0,28	63	213
	Хлеб	30	Хлеб пшенич	30	30	2,31	0,9	14,94	78,6	
Итого за завтрак		350				37,80	12,41	54,18	381,31	
Завтрак 2	сок яблочный	100	сок яблоч	100	100	0,5	0	10,1	46	
Обед	Борщ с капустой и картофелем 1 (стр.110 № 27)	180	Свекла	36	28,8	1,36	4,79	7,79	80,01	27
			Капуста свежая	18	14,4					
			Картофель	19	14,4					
			Масло растит	1,8	1,8					
			Лук	4,5	3,6					
			Вода	135	135					
			Морковь	9	7,2					
			Лимонная кисл	0,18	0,18					
			Сахар	1,8	1,8					
			Сметана	7,2	7,2					
	Биточки 1 (стр.292 № 161)	60	Говядина	69	56	11,04	10,72	5,27	161,64	161
			Сухари	6,5	6,5					
			молоко	14	14					
			Масло сливоч	4	4					
			Хлеб	11	11					
	соус сметанный 2(стр.259 №115а)	20	мука пшенич	1,6	1,6	0,33	0,96	0,59	15,4	115а
			вода	16	16					
			сметана	6,6	6,6					
	Вермишель с маслом 2 (стр 206 №75)	70	Макар издел	25	25	2,73	2,87	14,59	96,78	75
			Соль	0,35	0,35					
			Масло сливочн	3,1	3,1					
	Икра кабачковая 2 (стр.120 № 4)	40	Икра кабачковая	42	40	0,76	3,56	3,08	47,6	4
	Компот из фруктов 3 (стр.304 № 376)	140	Сахар	10	10	0,28	0,017	19,36	65,38	376
			сухофрукты	14	35					
			Вода	142	142					
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4	
Итого за обед		550				19,14	23,40	64,38	539,21	
Полдник	вафля	25	вафля	25	25	1	0,9	0,26	1,14	
	молоко	160	Молоко	160	160	4,48	5,1	7,5	90,6	
Итого за полдник		185				4,48	5,1	7,5	90,6	
Ужин	Винегрет с растительным маслом 2(стр. 117 № 2)	200	Картофель	85	64	3,22	10,38	16,8	183,02	2
			Морковь	35	28					
			Свекла	60	48					
			Лук	12	10					
			горошек конс	22	14					
			огурец конс	36	28					
			Масло растит	10	10					
	Чай си сахаром 2 (стр. 276 № 132)	150	Чай	0,5	0,5	9	2,3	9,75	36,96	132,0
			Сахар	9,8	9,8					
			вола	143	143					
	Хлеб	19	Хлеб пшеничн	19	19	1,463	0,57	9,462	49,78	
Итого за ужин		369				13,683	13,25	36,012	269,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						75,61	54,16	172,17	1326,88	

Утверждаю:

Заведующий  Е.В.Захарова

#####

Меню приготавливаемых блюд, 8 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Пищевые вещества (г)			Энерг ценность, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет натуральный 2 (стр.208 № 77)	160	Яйца	80	80	12,56	14,5	5,14	190,8	77
			Масло сливочное	4,8	4,8					
			Молоко	96	96					
			Соль	0,4	0,4					
	Чай сладкий с лимоном 2 (стр.277 № 133)	150	Чай	0,5	0,5	0,17	3,05	9,98	39,44	133
			Вода	132	132					
			Сахар	9,8	9,8					
			Лимон	8	7					
	Бутерброды с сыром 3(стр.96 № 3)	45	Хлеб пшеничный	30	30	4,73	6,88	14,56	139	3
			масло	5	5					
Сыр			10,6	10						
Итого за завтрак		355				17,46	24,43	29,68	369,24	
Завтрак2	Банан	100	Банан	106	100	1,5	0,5	21	95	
Обед	Суп из овощей 1 (стр.118 № 35)	180	Горошек зеленый	8,3	5,4	1,39	4,22	9,06	82,97	35
			Картофель	48	36					
			Масло растит	3	3					
			Лук	9,6	7,2					
			Бульон	135	135					
			Морковь	9	7,2					
			Сметана	9	9					
			Капуста белокоч	18	14,4					
	Тефтели из говядины 1 (стр.317 №173)	85	Говядина	81	60	15,6	17,7	10,6	264,5	173
			Хлеб	11	11					
			Масло сливочное	7	7					
			Лук	32	32					
			Вода	17	17					
	Каша гречневая рассыпчатая 2 (стр. 196 №65)	80	крупя гречневая	36	36	4,56	3,86	21,96	144,27	65
			масло сливочное	3	3					
			Вода	56	56					
	Зеленый горошек отварной 2(стр 119 № 3а)	40	горошек зеленый	62	40	1,24	0,08	2,6	16	3а
	Кисель из свежих ягод 1(стр 399 №235)	120	Сахар	9	9	0,07	0	12,7	51,05	235
			крахмал	3	3					
			ягода	15	14					
			Вода	108	108					
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4	
Итого за обед		545				25,50	26,34	70,62	631,19	
Полдник	Печенье	30	Печенье	30	30	4,2	2,1	35,1	142,36	
	варенец	190	варенец	190	190	9	5,76	15,3	153	
Итого за полдник		220				13,2	7,86	50,4	295,36	
Ужин	Картофель отварной 2 (стр. 184 № 54)	80	Картофель	107	80	1,55	2,26	8,63	77,04	54
			масло сливоч	2	2					
	Печень по строгоновски 2 (стр.243 №102)	115	печень	121	100,5	2,22	3,2	12,4	110,7	102
			масло слив	4	4					
			Лук	14	12					
			морковь	24	19					
			мука пшенич	3,5	3,5					
			сметана	12	12					
	Сок персиковый	170	Сок персик	170	170	0,85	0	21,62	89,72	
	Хлеб	19	Хлеб пшеничный	19	19	1,463	0,57	9,462	49,78	
Итого за ужин		384				6,083	6,03	52,112	327,24	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						63,74	65,16	223,81	1718,03	

Утверждаю:
Заведующий  Е.В.Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 9 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г		Химический состав			Энерг ценность, ккал	№ рецептуры
				Б	Ж	У				
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая 1 (стр. 186 № 98)	150	Крупа рисовая	22	22	3,74	4,83	23,8	153,4	98
			Масло сливоч.	3	3					
			Молоко	78	78					
			Вода	52	52					
			Сахар	3	3					
	Какао-напиток на молоке 2 (стр. 261 № 117)	150	Какао-порошок	2,5	2,5	4,65	4,8	16,77	127,365	117
			Молоко	135	135					
			Вода	25,2	25,2					
			Сахар	9	9					
	Закр бутерброды с повидлом 3(стр.96 № 5)	45	Хлеб пшеничный	30	30	2,45	3,93	21,06	129	5
			повидло	10,1	10					
			Масло сливоч	5	5					
Итого за завтрак		345				10,84	13,56	61,63	409,765	
Завтрак 2	Груша	100	Груша	106	100	0,3	0,3	10,3	46	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями 2 (стр.156 № 34)	180	Макаронные изд	7,2	7,2	2,26	1,71	18,92	100,098	54
			Картофель	96	72					
			бульон куриный	216	216					
			лук	9	7,2					
			Морковь	15	12					
			масло растительное	1,8	1,8					
			соль	0,27	0,27					
	Курица отварная 2 (стр 250 № 108)	75	Курица отварная	114	100	16,70	10,70	0	174,35	108
	Пюре картофельное 2 (стр.186 № 56)	150	Картофель	147	110	3,26	4,68	8,04	123,9	56
			Соль	0,38	0,38					
			Молоко	42	42					
			Масло сливочн	4	4					
	Салат из свежих помидор 1 (стр 99 № 18)	40	Томаты	43	37	0,4	4,6	1,84	45,57	18
			масло подс	4	4					
	Компот из сухофр изюма 4 (стр. 304 № 376)	120	Сахар	6	6	0,267	0	16,5	67,8	376
			изюм	12	12					
			Вода	122	122					
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4	
Итого за обед		695				25,53	22,17	59,00	584,12	
Полдник	Йогурт	190	Йогурт	190	190	9	5,76	15,3	153	
	Сдоба обыкновенная 1 (стр 461 № 280)	60	Мука пшеничная	44,8	44,8	4,71	3,67	35,3	193	279
			Сахар	4	4					
			дрожжи	0,5	0,5					
			Соль	0,7	0,7					
			яйцо	1/25	1,6					
			масло растит	3	3					
Итого за полдник		250				13,71	9,43	50,6	346	
Ужин	Запеканка из творога 1 (стр. 217 № 117)	120	Творог	113	112	23,38	9,69	23,28	273,78	117
			Масло сливочн	4	4					
			Крупа манная	8	8					
			сметана	4	4					
			сахар	7	7					
			яйца	3	3					
			мука пшеничная	10	10					
	Сгущенное молоко	20	сгущ.молоко	20	20	1,44	1,17	11,2	75,1	
	Чай сладкий с молоком 2 (стр. 276 № 132)	150	Чай	0,5	0,5	2,34	2,43	13,3	81,96	134
			молоко	75	75					
Сахар			9,8	9,8						

Утверждаю:

Заведующий

Е.В.Захарова

14.09.2026

Меню приготавливаемых блюд, 10 день

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг ценность, ккал	№ рецептуры
						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша "Дружба" <i>1 (стр. 172 № 84)</i>	150	Вода	51	51	4,8	6,1	25,7	176,42	84
			крупа рисовая	11	11					
			молоко	75	75					
			крупа пшеничная	8	8					
			масло слив	3	3					
			Сахар	3	3					
	Кофейный напиток с молоком <i>1 (стр. 419 № 253)</i>	160	кофейный напиток	1,6	1,6	2,24	2,56	15,77	94,96	253
			молоко	80	80					
			Сахар	12	12					
			Вода	96	96					
Яйца вареные <i>3 (стр. 218 № 213)</i>	40	Яйцо	40	40	29,64	4,6	0,28	63	213	
Хлеб с маслом	46	Хлеб пшенич	40	40	2,32	7,41	14,38	135,77		
		Масло сливоч.	6	6						
Итого за завтрак		396				39,00	20,67	56,13	470,15	
Завтрак 2	Яблоко	100	Яблоко	106	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем <i>1 (стр. 139 № 56)</i>	180	Сметана	7,2	7,2	1,50	6,60	5,1	72,3	56
			Капуста свежая	49,5	36					
			Картофель	29	21,6					
			Масло растит	3,6	3,6					
			Лук	9	7,2					
			Вода	144	144					
			Морковь	9	7,2					
	Жаркое по- домашнему <i>3 (стр. 232 № 94)</i>	200	Говядина	48	44	10,62	10,86	19,4	243,74	94
			Лук	20	17					
			Соль	0,4	0,4					
			Картофель	208	156					
			Масло слив	4	4					
			Морковь	20	16					
			томат-паста	2	2					
			вода	40	40					
	Масло растит	2	2							
Икра кабачковая 2 <i>(стр. 120 № 4)</i>	40	Икра кабачковая	42	40	0,76	3,56	3,08	47,6	4	
кисель из концентрата плод <i>4 (стр. № 484)</i>	120	концентр плод	14	14	0	0	9,04	56,48	484	
		Вода	120	120						
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,7	72,4		
Итого за обед		580				15,52	21,50	50,32	492,52	
Полдник	Пирожок печеный с капустой <i>2 (стр. 282 № 138)</i>	50	Мука пшеничн	22	22	3,42	9,9	14,74	124,59	138
			Сахар	1,5	1,5					
			Дрожжи	0,8	0,8					
			молоко	11	11					
			Соль	0,1	0,1					
			Масло растит	2	2					
			Яйца	2,5	2,5					
			Капуста свежая	19	15					
			масло слив	1	1					
	снежок	190	снежок	190	190	5,13	1,9	22,9	124	
Итого за полдник		240				8,55	11,8	37,64	248,59	
Ужин	Фрикадельки рыбные <i>2 (стр. 262 № 147)</i>	120	минтай	90	90	16,5	0,53	8,71	127,5	147
			Масло сливоч.	5	5					
			вода	22	22					
			Хлеб пшеничн	10	10					
морковь отварная <i>1 (стр. 371 № 211)</i>	180	Морковь	245	196	2,02	6,75	11,2	119,56		
		масло растит	9	9						
	Чай с сахаром <i>2 (стр. 276 № 132)</i>	150	Яйца	12	12	9	2,3	9,75	36,96	132
			Чай	0,5	0,5					
			Сахар	9,8	9,8					
	Хлеб	14	Хлеб пшеничн	12	12	0,924	0,36	5,976	31,44	
Итого за ужин		464				28,44	9,94	35,636	315,46	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						91,91	64,31	189,53	1570,72	