

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

**Меню приготавливаемых блюд на**

**Возрастная категория: 1-3 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		1-3 года				1-3 года	
День 1							
завтрак	Каша вязкая молочная манная со сливочным маслом	153	3.4	3.96	27.83	161	1
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
	Сыр твердых сортов в нарезке	8	1.86	2.4	0	29.06	10
<b>итого за завтрак</b>		<b>336</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>53</b>	<b>369</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Суп картофельный	150	1.87	2.26	13.31	81	23
	Капуста, тушенная с мясом	180	8.1	6.75	6.62	229.5	30
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>527</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>65</b>	<b>475</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Запеканка из творога	120	18.2	15.22	31.8	264.65	44
	Молоко сгущенное	20	1.48	0.5	10.92	54.2	58
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>22</b>	<b>17</b>	<b>62</b>	<b>410</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1253</b>	<b>44</b>	<b>40</b>	<b>190</b>	<b>1295</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

## Меню приготавливаемых блюд на

Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		1-3 года				1-3 года	
День 2							
завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная со сливочным маслом	153	3.4	3.96	27.83	161	2
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
	Сыр твердых сортов в нарезке	8	1.86	2.4	0	29.06	10
<b>итого за завтрак</b>		<b>336</b>	<b>8.50</b>	<b>12.86</b>	<b>53.38</b>	<b>369.36</b>	
2 завтрак	Фрукт свежий	80	0.72	0.24	10.8	50.93	57
обед	Суп с макаронными изделиями (с курицей)	150	1.5	4.35	17.58	122.06	27
	Овощи тушеные (с курицей)	180	2.92	15.62	16.43	217.8	33
	Хлеб ржаной	32	0.38	10.37	52.8	59.49	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>527</b>	<b>6.44</b>	<b>31.02</b>	<b>111.91</b>	<b>511.10</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Рыба в омлетной массе ИЛИ Суфле рыбное	120	19.61	6.56	3.86	153	49/50
	Кукуруза консервированная	30	0.75	0.15	6.15	29.1	61
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>22.65</b>	<b>7.61</b>	<b>29.21</b>	<b>273.38</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1263</b>	<b>38</b>	<b>52</b>	<b>205</b>	<b>1205</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

## Меню приготавливаемых блюд на

Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		1-3 года				1-3 года	
День 3							
завтрак	Каша вязкая молочная гречневая со сливочным маслом	153	4.67	4.86	25.83	166	3
	Какао с молоком	150	2.64	2.79	19.12	108.9	13
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>9.50</b>	<b>12.65</b>	<b>53.70</b>	<b>367.20</b>	
2 завтрак	Фрукт свежий	80	0.72	0.24	10.8	50.93	57
обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	156	2.83	4.07	9.61	113.69	19
	Суфле из печени ИЛИ Оладьи из печени	80	15.5	15.11	5.3	161.6	35/36
	Картофельное пюре	120	2.45	3.84	16.36	109.8	41
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>553</b>	<b>24.53</b>	<b>24.08</b>	<b>66.74</b>	<b>549.64</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Сырники	85	12.34	6.55	12.9	161.76	46
	Сметана	30	0.78	4.5	1.08	48	59
	Кондитерские изделия (вафли, печенье)	18	1.71	1.71	12.96	81	65
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>283</b>	<b>14.98</b>	<b>12.76</b>	<b>37.44</b>	<b>327.24</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1244</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>169</b>	<b>1295</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

## Меню приготавливаемых блюд на

Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		1-3 года				1-3 года	
День 4							
завтрак	Каша вязкая молочная овсяная (геркулесовая) со сливочным маслом	153	4.76	6.38	16.4	140.25	4
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>8.00</b>	<b>12.88</b>	<b>41.95</b>	<b>319.55</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Суп картофельный с горохом	150	4.39	4.22	13.06	107.8	22
	Голубцы ленивые (порциями или шт.)	160	13.15	10.18	9.57	182.02	29
	Соус томатный	40	0.43	1.49	2.77	26.77	38
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>547</b>	<b>21.72</b>	<b>16.95</b>	<b>60.87</b>	<b>481.14</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Омлет натуральный	95	5.97	7.56	3.09	140.92	48
	Зелёный горошек	30	0.93	0	1.95	11.4	62
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>295</b>	<b>9.19</b>	<b>8.46</b>	<b>24.24</b>	<b>243.60</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1250</b>	<b>39</b>	<b>38</b>	<b>137</b>	<b>1084</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

## Меню приготавливаемых блюд на

Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		1-3 года				1-3 года	
День 5							
завтрак	Каша вязкая молочная "Дружба" со сливочным маслом	153	3.77	7.05	19.95	182.99	5
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>7.01</b>	<b>13.55</b>	<b>45.50</b>	<b>362.29</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Щи из свежей капусты	150	3.99	3.2	9.61	85.76	18
	Котлета из мяса	60	9.33	6.93	9.42	137.25	28
	Свекла тушеная	120	1.96	3.6	9.8	82.25	39
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>512</b>	<b>17.42</b>	<b>14.11</b>	<b>67.37</b>	<b>428.71</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Блины	100	8.32	10.8	45.75	312	52
	Джем (ягода, протертая с сахаром)	30	0	0	15	60	60
	Яйцо вареное (1 шт.)	40	5.1	4.6	0.3	63	11
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>13.57</b>	<b>15.40</b>	<b>71.55</b>	<b>471.48</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1240</b>	<b>38</b>	<b>43</b>	<b>194</b>	<b>1302</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

**Меню приготавливаемых блюд на**

**Возрастная категория: 1-3 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2		3-7 лет				3-7 лет	
День 6							
завтрак	Каша вязкая молочная манная со сливочным маслом	153	3.4	3.96	27.83	161	1
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
	Сыр твердых сортов в нарезке	8	1.86	2.4	0	29.06	10
<b>итого за завтрак</b>		<b>336</b>	<b>8.50</b>	<b>12.86</b>	<b>53.38</b>	<b>369.36</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Щи из свежей капусты	150	3.99	3.2	9.61	85.76	18
	Котлета из мяса	60	9.33	6.93	9.42	137.25	28
	Макароны отварные	110	4.05	3.31	19.4	123.53	42
	Соус томатный	40	0.43	1.49	2.77	26.77	38
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>542</b>	<b>19.94</b>	<b>15.31</b>	<b>70.14</b>	<b>496.76</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Запеканка из творога	120	18.2	15.2	31.8	264.65	44
	Кисель	40	0	0	5.52	22	66
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>20.49</b>	<b>16.1</b>	<b>56.52</b>	<b>377.93</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1288</b>	<b>49</b>	<b>44</b>	<b>190</b>	<b>1284</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

**Меню приготавливаемых блюд на**

Возрастная категория: 1-3 года							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Неделя 2		1-3 года	Белки	Жиры	Углеводы	1-3 года	
завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная со сливочным маслом	153	5.6	6.08	26.59	181.13	6
	Какао с молоком	150	2.64	2.79	19.12	108.9	13
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
	Сыр твердых сортов в нарезке	8	1.86	2.4	0	29.06	10
<b>итого за завтрак</b>		<b>336</b>	<b>12.29</b>	<b>16.27</b>	<b>54.46</b>	<b>411.39</b>	
2 завтрак	Фрукт свежий	80	0.72	0.24	10.8	50.93	57
обед	Суп картофельный (с курицей)	150	1.87	2.26	13.31	81	26
	Плов с курицей	160	17.09	14.32	30.05	287.24	34
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>507</b>	<b>22.71</b>	<b>17.64</b>	<b>78.83</b>	<b>532.79</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Котлеты из рыбы	80	10.64	3.76	7.67	107	51
	Свекла тушеная	120	1.96	3.6	9.8	82.25	39
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>370</b>	<b>14.89</b>	<b>8.26</b>	<b>36.67</b>	<b>280.53</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1293</b>	<b>51</b>	<b>42</b>	<b>181</b>	<b>1276</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

**Меню приготавливаемых блюд на**

Возрастная категория: 1-3 года							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Неделя 2		1-3 года	Белки	Жиры	Углеводы	1-3 года	
завтрак	Вермишель молочная со сливочным маслом	133	5.75	5.21	18.84	145.2	8
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Яйцо вареное (1 шт.)	40	5.1	4.6	0.3	63	11
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>348</b>	<b>14.09</b>	<b>16.31</b>	<b>44.69</b>	<b>387.50</b>	
2 завтрак	Фрукт свежий	80	0.72	0.24	10.8	50.93	57
обед	Свекольник со сметаной	156	3.29	3.24	13.47	98.11	20
	Печень говяжья по-строгановски	90	12.96	5.2	3.2	109.36	37
	Каша гречневая рассыпчатая	110	13.86	2.86	74.8	185.53	43
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>553</b>	<b>33.86</b>	<b>12.36</b>	<b>126.94</b>	<b>557.55</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Сырники	85	12.34	6.55	12.9	161.76	46
	Сметана	30	0.78	4.5	1.08	48	59
	Кондитерские изделия (вафли, печенье)	18	1.71	1.71	12.96	81	65
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>283</b>	<b>14.98</b>	<b>12.76</b>	<b>37.44</b>	<b>327.24</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1264</b>	<b>64</b>	<b>42</b>	<b>220</b>	<b>1323</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

**Меню приготавливаемых блюд на**

Возрастная категория: 1-3 года							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Неделя 2		1-3 года	Белки	Жиры	Углеводы	1-3 года	
завтрак	Каша вязкая молочная овсяная (геркулесовая) со сливочным маслом	153	4.76	6.38	16.4	140.25	4
	Какао с молоком	150	2.64	2.79	19.12	108.9	13
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>9.59</b>	<b>14.17</b>	<b>44.27</b>	<b>341.45</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Рассольник ленинградский ИЛИ Уха	150	8	2.2	13.8	108.03	21/25
	Рулет с яйцом	80	9.98	8.11	8.04	145	31
	Капуста тушеная	120	2.42	4.53	8.11	87.6	40
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>532</b>	<b>22.54</b>	<b>15.22</b>	<b>58.89</b>	<b>464.08</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Сельдь ИЛИ Икра овощная	40	0.8	2.4	3.2	40	63/64
	Картофельное пюре	120	2.45	3.84	16.36	109.8	41
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>5.54</b>	<b>7.14</b>	<b>38.76</b>	<b>241.08</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1270</b>	<b>38</b>	<b>37</b>	<b>152</b>	<b>1087</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Сергеева Л.В.

## Меню приготавливаемых блюд на

Возрастная категория: 1-3 года							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
Неделя 2		1-3 года	Белки	Жиры	Углеводы	1-3 года	
завтрак	Каша вязкая молочная рисовая со сливочным маслом	153	2.32	3.96	28.97	161	7
	Кофейный напиток с молоком	150	1.05	1.5	16.8	87	12
	Хлеб пшеничный	20	2.14	0.9	8.7	54.8	54
	Масло сливочное порциями	5	0.05	4.1	0.05	37.5	9
<b>итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>5.56</b>	<b>10.46</b>	<b>54.52</b>	<b>340.30</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	80	0	0	9.6	40	56
обед	Суп картофельный с фасолью	150	1.68	5.98	9.35	98.37	24
	Овощи тушеные с мясом	170	10.29	14.76	15.52	205.7	32
	Хлеб ржаной	32	2.11	0.38	10.37	52.8	55
	Хлеб пшеничный	15	1.61	0.68	6.53	41.1	54
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.03	0	18.57	70.65	14
<b>итого за обед</b>		<b>517</b>	<b>15.72</b>	<b>21.80</b>	<b>60.34</b>	<b>468.62</b>	
полдник, совмещенный с ужином	Пирожок печеный	120	8.32	10.8	45.75	312	53
	Яйцо вареное (1 шт.)	40	5.1	4.6	0.3	63	11
	Чай черный байховый с сахаром	150	0.15	0	10.5	36.48	15
<b>итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>13.57</b>	<b>15.40</b>	<b>56.55</b>	<b>411.48</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1235</b>	<b>35</b>	<b>48</b>	<b>181</b>	<b>1260</b>	

Заведующий складом \_\_\_\_\_