

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ Борисова Ю.Г.

НА 10 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша манная на молоке	180	200
какао с молоком	180	200
бутерброд с маслом	30/5	
II ЗАВТРАК		
сок натуральный	120	150
ОБЕД		
рассольник на м.к.б со сметаной	180	200
гречка отварная	120	150
тефтели из индейки	60	80
соус томатный	30	
компот из сухофруктов	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
молоко	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
запеканка картофельная с мясным фаршем	160	180
закуска	30	50
хлеб пшеничный	30	
чай с сахаром	180	200

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!


Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ Борисова Ю.Г.

НА 11 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша ячневая на молоке	180	200
чай с сахаром	180	200
бутерброд с сыром	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
морс из свежих ягод	100	
ОБЕД		
суп лапша домашняя на м.к.б	180	200
капуста с мясом	160	180
кисель ягодный	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
булочка витушка	50	
чай с молоком	180	200
УЖИН		
макароны отварные с сыром	120	150
хлеб пшеничный	30	
чай черный	180	200
фрукт	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г.

НА 12 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша кукурузная на молоке	180	200
чай с молоком	180	200
бутерброд с повидлом	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
снежок	100	
ОБЕД		
суп полевой на м.к.б	180	200
пюре картофельное	120	150
котлета рыбная	60	80
соус томатный	30	
огурец свежий	30	50
компот из сухофруктов	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
чай с сахаром	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
оладьи печеночные со сметанным соусом	50	80

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!


Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г.

НА 13 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша геркулесовая на молоке	180	200
чай с молоком	180	200
бутерброд с маслом	30/5	
II ЗАВТРАК		
морс из свежих ягод	100	
ОБЕД		
щи на м.к.б со сметаной	180	200
макароны отварные	120	150
гуляш мясной	60	80
напиток из шиповника	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
пирожок с повидлом	50	
чай черный	180	200
УЖИН		
омлет натуральный	100	120
хлеб пшеничный	30	
какао с молоком	180	200
фрукт	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г.

НА 14 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша гречневая на молоке	180	200
чай с молоком	180	200
бутерброд с повидлом	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
сок	120	150
ОБЕД		
свекольник на м.к.б со сметаной	180	200
рис отварной	120	150
биточки из говядины	60	80
соус томатный	30	
помидор свежий	30	50
кисель ягодный	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
йогурт	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
пудинг из творога со сладким соусом	120	150
чай с сахаром	180	200

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г.

НА 17 АПРЕЛЯ		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
каша манная на молоке	180	200
какао с молоком	180	200
бутерброд с маслом	30/5	
II ЗАВТРАК		
сок натуральный	120	150
ОБЕД		
суп с макаронными изделиями на м.к.б	180	200
перловка отварная	120	150
биточки из индейки	60	80
соус томатный	30	
компот из сухофруктов	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
молоко	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
плов с мясом	180	200
хлеб пшеничный	30	
конфета	20	
чай с молоком	180	200

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ

Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 18 АПРЕЛЯ		
	всли	сад
ЗАВТРАК		
	(гр.)	(гр.)
каша дружба на молоке	180	200
чай с сахаром	180	200
бутерброд с сыром	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
морс из свежих ягод	100	
ОБЕД		
суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	200
азу по- татарски	160	180
напиток из шиповника	180	200
салат	30	50
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
булочка с сахаром	50	
чай с молоком	180	200
УЖИН		
яйцо отварное	45	45
горячий бутерброд	45	45
пряник	30	
чай с молоком	180	200

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню


Утверждаю заведующий МБДОУ

Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 19 АПРЕЛЯ		
	ясли	сад
ЗАВТРАК		
	(гр.)	(гр.)
суп молочный гречневый	180	200
чай с молоком	180	200
бутерброд с повидлом	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
снежок	100	
ОБЕД		
суп картофельный с клецками на м.к.б	180	200
капуста тушенная	160	180
котлета мясная	60	80
кисель ягодный	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
чай с сахаром	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
творожно манная запеканка со сгущенным молоком	120	150
чай с молоком	180	200
фрукт	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!


Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г

МЕНЮ НА 20 АПРЕЛЯ		
	ясли	сад
ЗАВТРАК		
каша геркулесовая на молоке	(гр.) 180	(гр.) 200
чай с молоком	180	200
бутерброд с маслом	30/5	
конфета	20	
II ЗАВТРАК		
морс из свежих ягод	100	
ОБЕД		
борщ на м.к.б со сметаной	180	200
макароны отварные	120	150
гуляш мясной	60	80
огурец свежий	30	50
компот из сухофруктов	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
ватрушка с повидлом	60	60
чай черный	180	200
УЖИН		
биштекс из индейки с овощами и сыром	60	120
чай с сахаром	180	200
фрукт	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Меню

Утверждаю заведующий МБДОУ  Борисова Ю.Г

МЕНЮ НА 21 АПРЕЛЯ		
	ясли	сад
ЗАВТРАК		
каша пшеничная на молоке	(гр.) 180	(гр.) 200
чай с молоком	180	200
бутерброд с повидлом	30/5/10	
II ЗАВТРАК		
сок	120	150
ОБЕД		
суп гороховый с сухариками на м.к.б	180	200
картофельное пюре	120	150
рыба под овощами	60	80
компот из сухофруктов	180	200
хлеб пшеничный	30	
хлеб ржаной	30	
ПОЛДНИК		
йогурт	180	200
кондитерское изделие	30	50
УЖИН		
тефтели из говядины	60	80
салат	30	50
кисель	180	200
хлеб пшеничный	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

День: 2
 Неделя: 1
 Сезон: Весенне-летний
 Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет
 « » 2023 г.



Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 33
 Борисова Ю.Г.
 (Ф.И.О. заведующего)
 2023 г.

Завтрак											
№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В ₁	В ₂	С	Са
	Каша ячневая на молоке	180/200	8,0	5,7	34,0	209,9	0,1	0,3	0,9	195,8	0,
	Чай с сахаром	180/200	3,6	3,7	14,9	101,9	0	0,2	0,6	124,5	0,
	Батон с маслом и сыром	30/5/10	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	9,2	0,
	Итого:		16,9	12,5	69,0	441,8	0,2	0,5	1,5	408,7	1,
II Завтрак											
	Морс из свежих ягод	100/100	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,
	Итого:		1,4	0,3	12,1	64,2	0,1	0	37	47,2	0,
Обед											
	Суп- лапша домашняя на м.к.б	180/200	1,7	4,9	9,8	91,0	0	0	8,4	44,5	1,
	Капуста тушенная с мясом	180/200	23,8	27,8	20,8	429,0	0,2	0,3	10,9	25,2	4,
	Кисель	180/200	0,4	0	26,9	111,0	0	0	0,2	28,5	1,
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,
	Хлеб ржаной	30									
	Итого:		32,0	33,5	94,2	805,1	0,3	0,4	21,9	136,5	
Полдник											
	Булочка витушка	50	11,5	3,9	6,5	105,2	0,1	0	0,3	33,3	0
	Чай с молоком	180/200									
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2
Ужин											
	Макаронны отварные с сыром	120/150	3,9	4,1	16,5	113,2	0	0,2	0,6	138,2	(
	Чай черный	180/200									
	Хлеб пшеничный	30									
	Фрукт	100									
	Итого:		19,8	15,2	100,0	602,6	0,4	0,5	1,5	360,7	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		75,4	58,7	275,4	1922,2	0,9	0,9	115,4	664,2	14,

День: 3

Неделя: 1

Сезон: Весенне-летний

Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет

«__» _____ 2022г.



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 33

Борисова Ю.Г.

(Ф.И.О. заведующего)

2023 г.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Са	Fe
						К	В ₁	В ₂	С	Са	Fe
Завтрак											
	Каша кукурузная на молоке	180/200	5,7	6,1	19,0	144,8	0,1	0,2	0,7	156,5	0,4
	Батон с маслом и повидлом	30/5	2,8	2,8	15,4	93,3	0	0,1	0,5	104,3	0,3
	Чай с молоком	180/200	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	Итого:		12,3	9,2	59,5	356,5	0,2	0,3	1,2	272,3	1,7
II Завтрак											
	Снежок	100/100	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
Обед											
	Суп Полевой	180/200	7,2	3,6	14,7	100,2	0,1	0	4,6	22,9	0,8
	Картофельное пюре	120/150	19,9	18,7	3,9	270,3	0,1	0,2	0	25,3	2,5
	Котлета рыбная	60/80	7	7,2	6,1	41	0	0,1	0,3	0,5	0,2
	Компот из сухофруктов	180/200	0,2	0	10,1	42,2	0	0	1,1	12,5	0,5
	Огурец свежий	30/50	1,1	0,1	7,5	35,5	0	0	0	3,5	0,3
	Хлеб пшеничный и ржаной	30/30									
	Итого:		35,2	31,5	94,1	807,6	0,5	0,4	12,2	116,2	10
Полдник											
	Кондитерское изделие	30/50	2,9	6,0	9,8	103,6	0	0	2,7	64	0,8
	Чай с сахаром	180/200									
	Итого		2,9	6,0	9,8	103,6	0	0	2,7	64	0,8
Ужин											
	Оладьи печеночные в соусе	60/80/30									
	Рис отварной	100/120									
	Хлеб пшеничный	30/30	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	Чай с лимоном	180/200									
	ИТОГО:		25,1	12,4		100,3	611,1	0,3	0	55	71,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			81,4	66,0	255,4	1 963,3	0,9	1,3	21	876,7	17,1

День: 4

Неделя: 1 День:

Сезон: Весенне-летний

возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет

« ____ » _____ 2022г.

Утверждено
Заведующий МБДОУ № 33
Борисова Ю.Г.
(Ф.И.О. заведующего)

(подпись)

« ____ »

2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В ₁	В ₂	С	Са
	Каша геркулесовая на молоке	180/200	9,7	16,1	1,6	189,7	0	0,2	0,1	131,7	1,4
	Батон с маслом	30/5	5,9	6,5	9,6	110,0	0,1	0,3	1,1	226,8	0,2
	Чай с молоком	180/200	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	Итого:		20,6	25,5	40,6	462,8	0,2	0,5	2,4	398,1	3
II Завтрак											
	Морс ягодный	100/100	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
Обед											
	Щи со сметаной	180/200	2,3	5,3	16,4	122,4	0,1	0,1	6,7	25,3	1,1
	Макаронные отварные	120/150	14,7	13,0	37,2	339,6	0,3	0,9	24,8	30,7	5,5
	Гуляш мясной	60/80									
	Напиток из шиповника	180/200									
	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,1	10,0	47,4	0	0	0	4,6	0,4
	Хлеб ржаной	30									
	Итого:		23,0	20,2	97,7	681,8	0,5	1,1	37,5	105,6	9,2
Полдник											
	Пирожок с повидлом	50/50	12,8	11,7	32,8	294,0	0,1	0,1	0,1	90,1	1,1
	Чай черный	180/200									
	Итого:		12,8	11,7	32,8	294,0	0,1	0,1	0,1	90,1	1,1
Ужин											
	Омлет	100/120	2,5	3,39	9,63	84,21	0,06	0,08	5,64	64,24	0,71
	Какао с молоком	180/200	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	Хлеб пшеничный	30/30									
	Фрукт	100	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	Итого:		24,1	20,1	81,2	614,2	0,2	0,4	0,3	327	1,8
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		68,7	66	239,1	1 848,0	0,9	2	41,8	843,3	16,5

Неделя: 1
 Сезон: Весенне-летний
 Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет
 « » 2022 г.



Заведующий МБДОУ № 33
 Борисова Ю.Г.
 (Ф.И.О. заведующего)
 2023 г.

Завтрак											
№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В ₁	В ₂	С	Са
	Каша гречневая на молоке	180/200	9,3	5,7	39,0	235,1	0,2	0,3	0,9	195,9	1,8
	Батон с маслом и повидлом	30/5/10	3,6	3,7	14,9	101,9	0	0,2	0,6	124,5	0,5
	Чай с молоком	180/200	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	9,2	0,8
	Итого:		16	9,6	74	431,7	0,3	0,5	1,5	329,6	3,1
II Завтрак											
	Сок	120/150	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
Обед											
	Свекольник	180/200	2,8	2,8	20,2	118,1	0,1	0,1	6,6	23	1,1
	Рис отварной	120/150	0,4	0	26,9	111,0	0	0	0,2	28,5	1,1
	Биточки из говядины	60/80									
	Кисель ягодный	180/200									
	Помидор свежий	50									
	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,1	10,0	47,4	0	0	0	4,6	0,4
	Хлеб ржаной	30									
	Итого:		22,0	18,9	102,7	666,9	0,2	0,4	13,6	157,7	7,9
Полдник											
	Кондитерское изделие	30/50	0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	2,4	12,4	0,5
	Йогурт	180/200									
	Итого		0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	2,4	12,4	0,5
Ужин											
	Пудинг из творога	120/150	5,8	5	8	106	0,1	0,3	1,4	240	0,2
	Чай с сахаром	180/200									
	Итого:		16,1	5,2	22,6	201,6	0,2	0,1	0,3	43,1	1,6
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		60	52,9	282,6	1823,7	0,9	1,2	37,9	756,9	18,4

Неделя: 2

Сезон: Весенне-летний

возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет

« ____ » _____ 2022 г.



Заведующий МБДОУ № 33

Борисова Ю.Г.

(Ф.И.О. заведующего)

2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В ₁	В ₂	С	Са
	Каша манная на молоке	180/200	5,6	4,2	36,0	204,3	0,1	0	0	9,5	1
	Какао с молоком	180/200	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Батон с маслом	30/5/	2,4	7,5	15,2	137,1	0	0	0	8,1	0,6
	Итого:		8,8	14,9	65,4	430,9	0,1	0	5	40	2,2
II Завтрак											
	Сок	120/150	1,9	0,2	5,6	34,9	0,1	0,1	8	12,6	1,3
	Итого:		1,9	0,2	5,6	34,9	0,1	0,1	8	12,6	1,3
Обед											
	Суп с макаронными изделиями	180/200	1,9	5,6	9,1	94,7	0	0	12,3	41,1	1,1
	Перловка отварная	120/150	38,7	41,2	33,9	661,8	0,1	0,3	2,7	41,9	3,6
	Биточки из индейки	60/80									
	Соус	30									
	Компот из сухофруктов	180/200	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Хлеб пшеничный	30									
	Хлеб ржаной	30									
	Итого:		44,6	47,4	74,9	902,3	0,2	0,4	18,2	128,9	7,1
Полдник											
	Кондитерское изделие	30/50	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Молоко	180/200									
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
Ужин											
	Плов	180/200	3,6	5,7	23,2	157,7	0,1	0,1	10,8	52,4	1,5
	Хлеб пшеничный	30	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Конфета	20									
	Чай с молоком	180/200									
	ИТОГО:		22,7	20,5	51,7	485	0,3	0,1	39	238,6	4,1
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		75,1	79,0	237,8	1 940,7	0,7	1,1	33,4	638,6	12,6

День: 10
 Неделя: 2
 Сезон: Весенне-летний
 Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет
 « ____ » _____ 2022г.

Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 33
 Борисова Ю.Г.
 (Ф.И.О. заведующего)
 « ____ » _____ 2022 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В ₁	В ₂	С	Са
	Каша пшенная на молоке	180/200	8,2	7,7	39,0	253,3	0,2	0,1	2,7	131,7	1,6
	Батон с маслом и повидлом	30/5/10	2,6	2,8	14,0	87,0	0	0,1	0,5	103,5	0,5
	Чай с молоком	180/200	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	Итого:		13,1	10,7	68,1	411,3	0,2	0,2	3,2	242,1	2,7
II Завтрак											
	Сок	120/150	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Итого:		1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
Обед											
	Суп гороховый с сухариками	180/200	7,6	7,5	17,8	169,7	0,1	0,1	9	28,7	2
	Картофельное пюре	120/150									
	Рыба с овощами	60/80									
	Компот из сухофруктов	180/200	6,9	10,8	29,0	243,5	0,2	0,2	16,2	127,7	3,9
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	Хлеб ржаной	30									
	Итого:		21,6	20,3	113,0	727,7	0,4	0,4	31,4	226,5	9,4
Полдник											
	Кондитерское изделие	30/50	0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	2,4	12,4	0,5
	Йогурт	180/200									
	Итого :		0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	2,4	12,4	0,5
Ужин											
	Тефтели из говядины	60/80	5,5	8,0	41,8	261,0	0,1	0	0	12	0,4
	Салат	30/50	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	Кисель	180/200	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	Хлеб пшеничный	30									
	ИТОГО:		24,1	20,1	81,2	614,2	0,2	0,4	0,3	327	1,8
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		65,9	52,4	277,4	1 870,7	0,7	1,2	42,7	933,9	19,5