

Утверждаю:

И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий

МОУ Детский сад № 205



МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 1	
Завтрак	
Суп молочный с крупой (рисовой)	180/2
Чай с молоком или сливками	150
Бутерброд с сыром	30/5/10
2-й Завтрак	
Сок яблочный	180
Обед	
Пюре из моркови или свеклы (морковь)	60
Суп картофельный с макаронными изделиями	150
Котлета рубленая из птицы	60
Пюре картофельное	150
Компот из сушеных фруктов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Каша вязкая (гречневая)	170/5
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, Повидлом.	190/10
Хлеб пшеничный	15
Булочка ванильная	50

Пищевые вещества: Белки- 44,9г. Жиры – 43г. Углеводы-216,9г.
Энергетическая ценность-1432,6 калл.

Утверждаю:

И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий

МОУ Детский сад № 205



МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 2	
Завтрак	
Икра кабачковая консервированная	60
Омлет натуральный	60/5
Молоко кипяченое	200
Батон	30
2-й Завтрак	
Сок яблочно-виноградный	180
Обед	
Салат из свеклы	60
Суп картофельный с крупой	150
Голубцы ленивые	160/30
Компот из свежих плодов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Пудинг из творога с яблоками	130
Соус молочный (сладкий)	30
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный	20
Печенье	30

Пищевые вещества: Белки- 60,5г. Жиры – 67,5г. Углеводы-180,8г.
Энергетическая ценность-1584,2 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солёными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 3	
Завтрак	
Каша жидкая (манная)	170/5
Какао с молоком	150
Бутерброд с маслом	30/10
2-й Завтрак	
Фрукты (банан)	200
Обед	
Огурец соленый	60
Борщ с капустой и картофелем	150
Котлеты, биточки, шницели рубленые	70/5
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	80/5
Соус сметанный	15
Компот из апельсина или мандаринов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Суфле из рыбы	70/5
Рагу овощное	160
Чай с лимоном	180/10/7
Хлеб пшеничный	15

Пищевые вещества: Белки- 52,1г. Жиры – 58,9г. Углеводы-218,4г.
Энергетическая ценность-1626,4 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солёными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 4	
Завтрак	
Суп молочный с крупой (гречневой)	180/2
Чай с молоком или сливками	150
Батон	30
Сыр (порциями)	10
2-й Завтрак	
Фрукты свежие (яблоко)	200
Обед	
Помидоры соленные	60
Щи из свежей капусты с картофелем	150
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	160
Соус сметанный	30
Компот из сушеных фруктов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Сырники с морковью	130
Соус молочный (сладкий)	30
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	200
Булочка веснушка	50

Пищевые вещества: Белки- 57,8г. Жиры – 48,6г. Углеводы-193,3г.
Энергетическая ценность-1466,1 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солёными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 5	
Завтрак	
Каша жидкая (геркулесовая)	170/5
Молоко кипяченое	200
Бутерброд с маслом	30/10
2-й Завтрак	
Сок яблочный	180
Обед	
Салат из свеклы	60
Суп картофельный на м/б	150
Жаркое по-домашнему	200
Кисель из повидла, джема, варенья	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Икра свекольная или морковная (морковная)	60
Котлеты или биточки рыбные запеченные	70/5
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	80/5
Напиток из плодов шиповника	180
Хлеб пшеничный	20

Пищевые вещества: Белки- 59,9г. Жиры – 63,6г. Углеводы-207,6г.
Энергетическая ценность-1655,5 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солёными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 6	
Завтрак	
Каша жидкая (манная)	170/5
Молоко кипяченое	200
Батон	30
Сыр (порциями)	10
2-й Завтрак	
Яблоки фаршированные изюмом	110
Обед	
Огурец соленый	60
Суп картофельный с клецками	150/15
Голубцы ленивые	160/30
Компот из сушеных фруктов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Рыба запеченная в омлете	70
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	80/5
Чай с лимоном	180/10/7
Хлеб пшеничный	30
Ватрушка с повидлом	75

Пищевые вещества: Белки- 60,1г. Жиры – 42,8г. Углеводы-238,8г.
Энергетическая ценность-1587,4 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205



МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

2 Наименование блюда		Выход блюда
День 7		
Завтрак		
Икра кабачковая консервированная		70
Омлет натуральный		60/5
Чай с молоком или сливками		180
Бутерброд с маслом		30/10
2-й Завтрак		
Сок яблочный		180
Обед		
Пюре из моркови или свеклы (морковь)		60
Суп картофельный с мясными фрикадельками		150/15
Макаронник с мясом или печенью(печень)		200/5
Компот из свежих плодов		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Запеканка морковная с творогом		130
Соус молочный (сладкий)		50
Кофейный напиток с молоком		180
Печенье		30
Хлеб пшеничный		15

Пищевые вещества: Белки- 61,5г. Жиры – 71,5г. Углеводы-215,1г.
Энергетическая ценность-1769,5 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205



МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

2 Наименование блюда		Выход блюда
День 8		
Завтрак		
Каша жидкая (геркулесовая)		170/5
Какао с молоком		150
Бутерброд с маслом		30/10
2-й Завтрак		
Фрукты свежие (яблоко)		200
Обед		
Помидор соленый		60
Щи из свежей капусты с картофелем		150
Тефтели мясные		70/70
Пюре картофельное		150
Компот из апельсинов или мандаринов		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Суфле из рыбы		70/5
Рагу овощное		160
Пюре из моркови или свеклы (свекла)		80
Напиток из плодов шиповника		180
Хлеб пшеничный		30

Пищевые вещества: Белки- 51,6г. Жиры – 62,3г. Углеводы-218,6г.
Энергетическая ценность-1670 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий

МОУ Детский сад № 205

Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 9	
Завтрак	
Каша жидкая (пшеничная)	170/5
Молоко кипяченое	200
Батон	30
Сыр (порциями)	10
2-й Завтрак	
Сок яблочно-виноградный	180
Обед	
Салат из свеклы	60
Борщ с капустой и картофелем	150
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	160
Соус сметанный	30
Кисель из повидла, джема, варенья	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Запеканка из творога	130
Соус молочный (сладкий)	50
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	200
Хлеб пшеничный	30

Пищевые вещества: Белки- 66,8г. Жиры – 51,4г. Углеводы-206,2г.

Энергетическая ценность-1575,6 калл.

Утверждаю:

И.П. Стрельников А.В.

Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 10	
Завтрак	
Икра кабачковая консервированная	70
Омлет натуральный	60/5
Чай с молоком или сливками	180
Батон	35
2-й Завтрак	
Сок яблочный	180
Обед	
Пюре из моркови или свеклы (морковь)	60
Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	150
Птица тушеная в соусе с овощами	180
Компот из сушеных фруктов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Каша вязкая (гречневая)	170/5
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10
Хлеб пшеничный	20
Булочка осенняя	50

Пищевые вещества: Белки- 50,6г. Жиры – 52,4г. Углеводы-201,6г.

Энергетическая ценность-1484,9 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

Стрельников
Александр
Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 11	
Завтрак	
Суп молочный с крупой (рисовой)	170/2
Кофейный напиток с молоком	150
Батон	30
Сыр (порциями)	10
2-й Завтрак	
Сок яблочный	180
Обед	
Помидоры соленые	60
Суп картофельный	150
Макаронник с мясом или печенью (печень)	200/5
Компот из свежих плодов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Котлеты рыбные любительские	70/5
Рагу овощное	160
Чай с лимоном	180/10/7
Хлеб пшеничный	30
Булочка ванильная	50

Пищевые вещества: Белки- 55,6г. Жиры – 46,1г. Углеводы-222,3г.
Энергетическая ценность-1550,3 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

Стрельников
Александр
Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 12	
Завтрак	
Каша жидкая (манная)	170/5
Молоко кипяченое	200
Бутерброд с маслом	30/10
2-й Завтрак	
Яблоки фаршированные изюмом	110
Обед	
Салат из свеклы	60
Щи из свежей капусты с картофелем	150
Котлеты, биточки, шницели рубленые	60/5
Пюре картофельное	150
Кисель из повидла, джема, варенья	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Лапшевник из творога	130/5
Соус молочный (сладкий)	50
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	200
Хлеб пшеничный	20

Пищевые вещества: Белки- 53,5г. Жиры – 63г. Углеводы-218,9г.
Энергетическая ценность-1662,6 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда		Выход блюда
День 13		
Завтрак		
Каша жидкая (пшеничная)		170/5
Чай с молоком или сливками		150
Батон		30
2-й Завтрак		
Сок яблочный		180
Обед		
Огурец соленый		60
Суп картофельный с макаронными изделиями		150
Тефтели мясные		70/70
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)		80/5
Компот из сушеных фруктов		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Суфле из рыбы		70/5
Картофель запеченный в сметанном соусе		130
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом		190/10
Хлеб пшеничный		20
Булочка осенняя		50

Пищевые вещества: Белки- 53,5г. Жиры – 49,1г. Углеводы-219,5г.
Энергетическая ценность-1540,5 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда		Выход блюда
День 14		
Завтрак		
Икра кабачковая консервированная		70
Омлет натуральный		60/5
Какао с молоком		180
Бутерброд с маслом		30/10
2-й Завтрак		
Сок яблочно-виноградный		180
Обед		
Икра свекольная или морковная(морковная)		60
Борщ с капустой и картофелем на м/б		150
Жаркое по-домашнему		200
Компот из свежих плодов		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Каша жидкая (геркулесовая)		170/5
Кофейный напиток с молоком		150
Ватрушка с творогом		75

Пищевые вещества: Белки- 63,4г. Жиры – 71г. Углеводы-197,9г.
Энергетическая ценность-1689,9 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205
Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 15	
Завтрак	
Суп молочный с крупой (гречневой)	180/2
Молоко кипяченое	200
Батон	30
Сыр (порциями)	10
2-й Завтрак	
Яблоки фаршированные изюмом	110
Обед	
Икра кабачковая консервированная	60
Суп картофельный с крупой на к/б	150
Птица тушеная в соусе с овощами	180
Кисель из повидла, джема, варенья	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Котлеты или биточки рыбные запеченные	70/5
Капуста тушеная	160
Пюре из моркови или свеклы (свекла)	80
Чай с лимоном	180/10/7
Хлеб пшеничный	30

Пищевые вещества: Белки- 55,3г. Жиры – 55,2г. Углеводы-199,6г.
Энергетическая ценность-1525,2 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205
Стрельников Александр Викторович

МЕНЮ

для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)

Наименование блюда	Выход блюда
День 16	
Завтрак	
Икра кабачковая консервированная	60
Омлет натуральный	60/5
Молоко кипяченое	200
Батон	30
2-й Завтрак	
Фрукты свежие (яблоко)	200
Обед	
Салат из свеклы	60
Щи из свежей капусты с картофелем	150
Плов из птицы	180
Компот из сушеных фруктов	150
Хлеб ржаной	40
Уплотнённый полдник	
Суфле из рыбы	70/5
Рагу овощное	160
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10
Хлеб пшеничный	30

Пищевые вещества: Белки- 72,7г. Жиры – 86,4г. Углеводы-162,2г.
Энергетическая ценность-1732,1 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)
Наименование блюда

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)
Наименование блюда

День 17		Выход блюда
Завтрак		
Суп молочный с крупой (рисовой)		170/2
Чай с молоком или сливками		150
Батон		30
Сыр (порциями)		10
2-й Завтрак		
Сок яблочно-виноградный		180
Обед		
Огурец соленый		60
Борщ		150
Фрикадельки мясные в соусе		70/70
Макаронные изделия отварные с маслом		100/5
Кисель из повидла, джема, варенья		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Запеканка из творога		130
Соус молочный (сладкий)		50
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка		200
Хлеб пшеничный		30

Пищевые вещества: Белки- 64,2г. Жиры – 56,9г. Углеводы-188,8г.
Энергетическая ценность-1538,8 калл.

Утверждаю:
И.П. Стрельников А.В.

Согласовано заведующий
МОУ Детский сад № 205

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)
Наименование блюда

МЕНЮ
для детей от 1 года до 3-х лет 12 часов (с солеными овощами)
Наименование блюда

День 18		Выход блюда
Завтрак		
Каша жидкая (геркулесовая)		170/5
Какао с молоком		180
Батон		30
2-й Завтрак		
Фрукты (банан)		200
Обед		
Помидор соленый		60
Суп картофельный		150
Тефтели мясные		70/70
Капуста тушеная		160
Компот из свежих плодов		150
Хлеб ржаной		40
Уплотнённый полдник		
Котлеты рыбные любительские		70/5
Пюре картофельное		150
Напиток из плодов шиповника		180
Хлеб пшеничный		30
Булочка осенняя		50

Пищевые вещества: Белки- 54,7г. Жиры – 50,9г. Углеводы-262,8г.
Энергетическая ценность-1749 калл.

